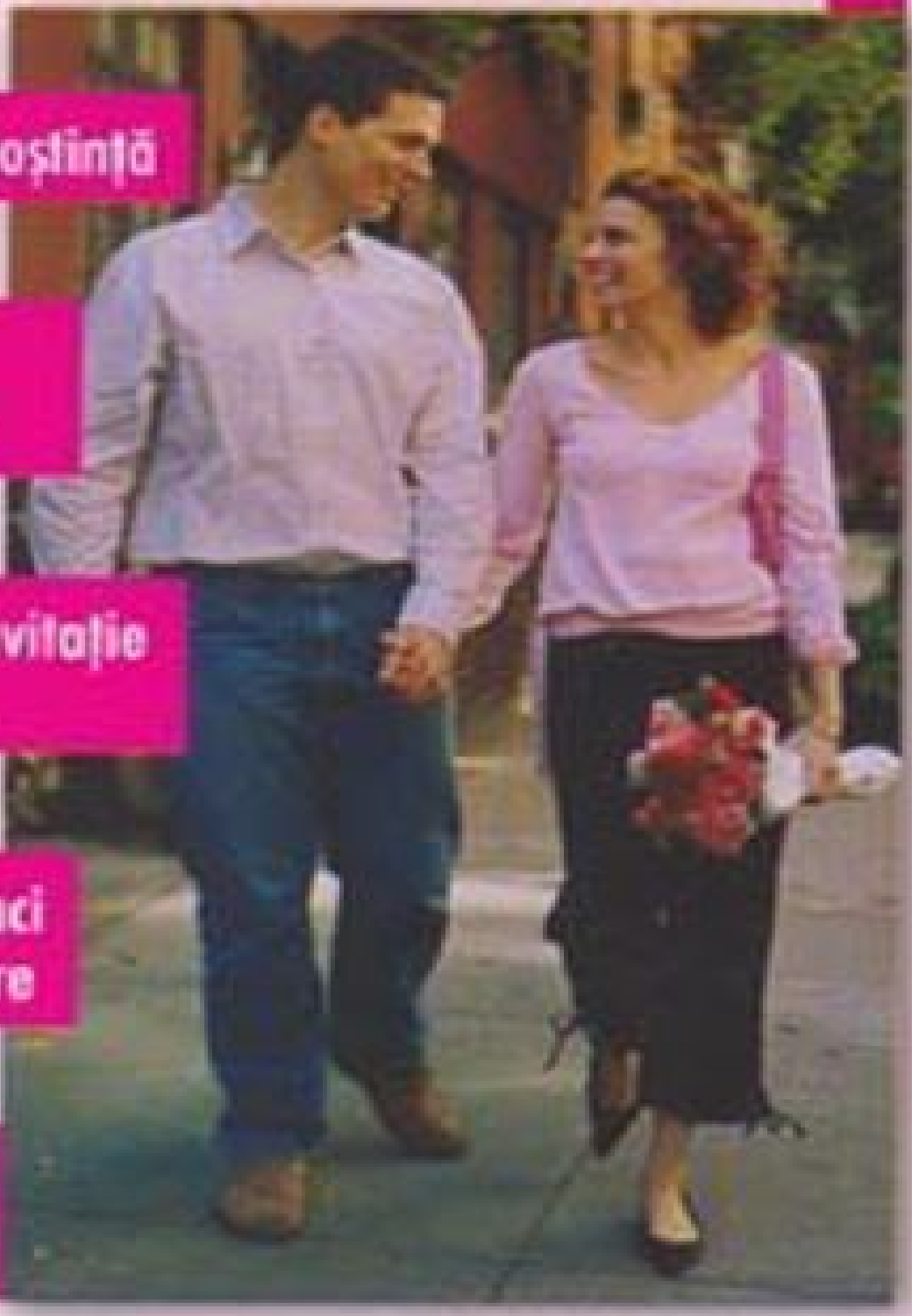
Codul bunelor maniere ÎN DRAGOSTE

Cum să faci cunoștință

Test de compatibilitate

Cum să faci o invitație de nerefuzat

Cum să te îmbraci pentru o întâlnire



avantaje

ALLBO PRESS

Adina Mutăr

Codul bunelor maniere în dragoste

Editura ALDO PRESS

2007

Adina Mutăr
CODUL BUNELOR MANIERE ÎN DRAGOSTE

Editor ALDO PRESS, Bucureşti
© by Aldo Press

Toate drepturile pentru această versiune aparţin Aldo Press
Informaţii, comenzi ramburs, comenzi
pentru editare şi tipărire de cărţi şi broşuri
OP 76, CP 161, Bucureşti, 062590
Tel./Fax 4341750;
Email *aldopress@rdsmail.ro*
www.aldopress.ro
ISBN eBOOK: 978-973-701-083-4
ISBN: 978-973-701-031-5

Lectura digitală protejează mediul

Versiune digitală realizată de elefant.ro

O viaţă fără dragoste este
asemenea unui an fără primăvară.”
proverb suedez

DRAGOSTEA

Eşti pregătit/ă pentru dragoste?

Te-ai plictisit să fii singur/ă cu tine însuţi? Ai obosit de atâtea relaţii pasagere? Crezi că nu ştii cum să începi o relaţie de cuplu de durată, care să se finalizeze într-o căsătorie? Crezi că nu ştii să iubeşti? Ai dreptate să te îngrijorezi! Zeiţa dragostei nu este blândă. Îţi dă şanse, dar dacă o sfidezi, ai parte de ce este mai rău. Aşadar, iată câteva reguli de bun simţ care o să-ţi deschidă drumul spre dragostea adevărată:

Să nu consideri că nu eşti făcut/ă pentru a iubi, căci vei deveni un sloi de gheaţă. Dragostea se află în bagajul genetic al omului şi, ignorând-o, sentimentele pot încremeni pentru o perioadă nedeterminată.

♥

Bărbatul îl întreabă pe Dumnezeu: *Doamne, de ce ai creat-o pe femeie aşa de frumoasă?*
Dumnezeu răspunde: *Pentru ca tu să o iubeşti.*
Dar Doamne, **spune bărbatul,** *de ce ai făcut-o aşa de proastă?*
Dumnezeu răspunde: *Pentru ca ea să te poată iubi.*

♥

VESTEA BUNĂ?
Se pot dezgheţa când întâlneşti partenerul potrivit.

ÎNCEPE UN JURNAL!

Indiferent de sex, jurnalul te va ajuta să-ţi dezvolţi abilităţile de comunicare. Crezi sau nu, poţi trece pe lângă un partener care ţi s-ar potrivi, fără să-l observi, pentru că nu ştii să comunici corect ceea ce simţi. Jurnalul îţi cere corectitudine faţă de propria persoană şi o să vezi cât de greu îţi va fi să nu te minţi. Dacă treci de etapa asta, vei reuşi să identifici corect sentimentele pe care le ai pentru alte persoane.

AI GRIJĂ LA CE ATITUDINE TE AŞTEPŢI DIN PARTEA PARTENERULUI.

Îngrijorător de des, femeile consideră că bărbaţii sunt sau ar trebui să fie romantici. Adevărul este că doar femeile au firi romantice de la mama natură, bărbaţii pot învăţa, dar trebuie să ai răbdare cu ei, pentru că vor fi stângaci la început. Dacă un bărbat nu se va strădui să facă un gest romantic pentru partenera sa, atunci e clar că sentimentele pentru ea nu sunt profunde.

NU ÎNCERCA NICIODATĂ SĂ DETERMINI PARTENERUL SĂ SE SCHIMBE!

Dacă are sentimente profunde, îşi va schimba din proprie voinţă obiceiurile care-ţi displac.

NU CONFUNDA IUBIREA CU PASIUNEA!

Dragostea la prima vedere nu înseamnă să fii cu partenerul în pat în ziua când l-ai întâlnit prima dată! Asta nu înseamnă că nu trebuie să dai frâu pasiunii, ci doar să poţi diferenţia valenţele “nevoii de celălalt”.

NU TE AŞTEPTA CA PARTENERUL SĂ VREA SĂ FIE CU TINE 24 DE ORE DIN 24!

Din chestia asta s-ar putea dezvolta o obsesie de toată “frumuseţea”.

Un partener pe care te poţi bizui în viaţă este cel care:

NU RENUNŢĂ LA RESPONSABILITĂŢILE LUI DOAR CA SĂ FIE CU TINE!

Dacă vrei să trăieşti o mare iubire, vezi în primul rând dacă simţi pentru partener o prietenie sinceră.

E simplu.

Dacă n-ai reţineri în a-i împărtăşi şi bune şi rele, înseamnă că-l simţi prieten şi confident.

Dacă ţi-e teamă şi cauţi compania altui confident, ai o problemă cu care nu e bine să mergi mai departe. În limbaj profesional, această problemă se numeşte “infidelitate emoţională” şi e tot atât de gravă pe cât sună la urechi.

NU TE LĂSA ÎNCÂNTATĂ DE FAPTUL CĂ AI MULTE ÎN COMUN CU PARTENERUL.

E o mare minciună că, dacă aveţi foarte multe în comun, vă potriviţi.

La început, îţi dă un sentiment de confort, dar cu timpul strică. Gândeşte-te, de exemplu, că vă place la amândoi muzica simfonică.

Cool!

Greu găseşti un partener cu care să ai aşa ceva în comun!

Dar, după un timp, când să vă fie mai bine, încep discuţiile gen:

“Wagner e mai tare ca Beethoven”,

“Ba nu!”,

“Ba da”!

Încercând fiecare să vă justificaţi opinia, adânciţi conflictul! Mulţi psihologi de cuplu s-au confruntat cu certuri urâte, pasionale, care au pornit de la “obiceiuri comune”.

Eşti dispus la intimitate?

O relaţie de lungă durată nu ţine dacă nu ştii să respecţi intimitatea partenerului. Ca să o respecţi, trebuie să ştii de câte feluri este intimitatea. Ca să ştii de câte feluri este, trebuie ca partenerul să-ţi permită să intri în intimitatea lui şi să nu regrete ulterior.

Iată câteva, identificate de psihologii de cuplu:

Intimitatea intelectuală

NU TREBUIE ABORDATE TEME METAFIZICE, CĂ ASTEA CHIAR NASC CONFLICTE.

E suficient să vorbiţi deschis despre gândurile de moment, despre mâncare, finanţe, ştiri, muncă, politică etc. Astfel, puteţi afla reciproc ce vă

trece prin cap. Totul e ca aceste gânduri să nu fie folosite mai apoi ca arme.

Intimitatea socială

ŢINE DE EVENIMENTELE ZILEI. Pe unele le petreceţi împreună, altele nu, dar puteţi să discutaţi despre ele, astfel încât partenerul să simtă că a fost prezent. Dezvoltă un simţ de echipă foarte valoros într-o relaţie de lungă durată. Nu vă feriţi să povestiţi incidentele, de orice natură ar fi. Dacă reacţia partenerului nu e prietenească, el pierde.

Intimitatea emoţională

Sentimentele sunt răspunsuri emoţionale la ceea ce percepem în jurul nostru. CÂND ÎŢI ÎMPARŢI EMOŢIILE CU PARTENERUL, SE CLĂDEŞTE CEA MAI TRAINICĂ INTIMITATE.

Intimitate fizică

Intimitatea sexuală pune în contact dorinţe care de multe ori au fost ascunse. Multe cupluri se despart din cauză că îşi ascund dorinţele fizice din motive diferite, dar în principal de ruşine, de teamă că celălalt îşi va face cine ştie ce impresie. Sexologii o spun răspicat: CELE MAI REUŞITE CUPLURI SUNT CELE CARE-ŞI ÎMPĂRTĂŞESC DORINŢELE SEXUALE ŞI LE EXPERIMENTEAZĂ DE COMUN ACORD.

Intimitate spirituală

Multe cupluri nu consideră necesar să se discute în detalii despre credinţă. Totuşi, chiar şi între persoanele care aparţin aceluiaşi cult, există o divergenţă de opinii. Ele nu trebuie evitate, ci abordate cu înţelegere şi respect. NU TREBUIE CA O PERSOANĂ SĂ-ŞI ÎNSUŞEASCĂ PĂRERILE PARTENERULUI, CI DOAR SĂ LE CUNOASCĂ.

Tipurile de iubire

Psihologul american Joey Chapman deosebeşte mai multe "nuanţe" ale iubirii, deosebit de importante dacă nu vrei să cazi în confuzie. În *Type of love*, el aminteşte următoarele:

Sexuală

Cea mai răspândită formă, uşor de… simţit, deci inconfundabilă. I se mai spune "foc de paie".

Protectoare

Sentimentele sunt nedefinite, dar par mai degrabă frăţeşti. Poate fi de durată, dacă rămân frăţeşti.

Intensă

Pare de bine, dar poate cădea uşor în forma obsesivă. Totuşi, marile iubiri, profunde, sunt intense.

Emoţională

Nu e bine. Creează dependenţă de celălalt şi orice gest, orice cuvânt nepotrivit îndurerează peste măsură. "Nuanţa" asta e bănuitoare, plângăcioasă şi obositoare.

Expresivă

Când între doi parteneri există o înţelegere aproape paranormală. Fiecare se intuieşte pe celălalt. Este foarte armonioasă, fără să fie lipsită de ieşiri pasionale.

Atracţie

Simţi o atracţie nedefinită pentru o persoană, dar n-ai curajul să o abordezi. Vrei să fii în preajma persoanei respective, te simţi bine lângă ea. Problema e că nu te poţi apropia suficient de mult. Dacă rămâi doar o "umbră" n-o să-ţi explici niciodată atracţia. Timizii trebuie să se trateze,

pentru că nu li se poate întâmpla nimic umilitor dacă intră în vorbă cu cei de care se simt atraşi.

Iraţională

Atunci când te simţi atras de o persoană care n-are absolut nimic în comun cu tine şi pe care o şi dispreţuieşti. S-ar putea să fie vorba de o admiraţie ascunsă, că acea persoană se comportă cum tu nu ai curajul. Apropierea faţă de o astfel de persoană, deşi pare iraţională, are totuşi un scop firesc: să-ţi insufle puţin curaj să experimentezi situaţii inedite. S-ar putea chiar să-ţi dai seama că sunteţi fiinţe complementare, ceea ce nu e rău.

ALESUL-ALEASA

Întrebare: *De ce este dificil să găseşti bărbaţi care sunt sensibili, iubitori şi chipeşi?*

Răspuns: *Pentru că au deja iubiţi!*

Semnele unui cuplu reuşit

BERBEC

d *Compatibili:* Gemeni, Leu, Vărsător, Săgetător
Sentimente complexe: Berbec, Balanţă
Atracţii stranii: Rac, Capricorn
Incompatibili: Taur, Fecioară, Scorpion, Peşti

Taur

h *Compatibili:* Rac, Fecioară, Capricorn, Peşti
Sentimente complexe: Taur, Scorpion
Atracţii stranii: Leu, Vărsător
Incompatibili: Berbec, Gemeni, Balanţă, Săgetător

Gemeni

i *Compatibili:* Berbec, Leu, Balanţă, Vărsător
Sentimente complexe: Gemeni, Săgetător
Atracţii stranii: Fecioară, Peşti

Incompatibili: Taur, Rac, Scorpion, Capricorn

Rac

b *Compatibili:* Taur, Fecioară, Scorpion, Peşti
Sentimente complexe: Rac, Capricorn
Atracţii stranii: Berbec, Balanţă
Incompatibili: Gemeni, Leu, Săgetător, Vărsător

Leu

k *Compatibili:* Berbec, Gemeni, Balanţă, Săgetător
Sentimente complexe: Leu, Vărsător
Atracţii stranii: Taur, Scorpion
Incompatibili: Rac, Fecioară, Capricorn, Peşti

Fecioară

l *Compatibili:* Taur, Rac, Scorpion, Capricorn
Sentimente complexe: Fecioară, Peşti
Atracţii stranii: Gemeni, Săgetător
Incompatibili: Berbec, Leu, Balanţă, Vărsător

Balanţă

a *Compatibili:* Gemeni, Leu, Vărsător, Săgetător
Sentimente complexe: Berbec, Balanţă
Atracţii stranii: Rac, Capricorn
Incompatibili: Taur, Fecioară, Scorpion, Peşti

Scorpion

j *Compatibili:* Rac, Fecioară, Capricorn, Peşti
Sentimente complexe: Taur, Scorpion
Atracţii stranii: Leu, Vărsător
Incompatibili: Berbec, Gemeni, Balanţă, Săgetător

Săgetător

c *Compatibili:* Berbec, Leu, Balanţă, Vărsător
Sentimente complexe: Gemeni, Săgetător
Atracţii stranii: Fecioară, Peşti
Incompatibili: Taur, Rac, Scorpion, Capricorn

Capricorn

g *Compatibili:* Taur, Fecioară, Scorpion, Peşti
Sentimente complexe: Rac, Scorpion
Atracţii stranii: Berbec, Balanţă
Incompatibili: Gemeni, Leu, Săgetător, Vărsător

Vărsător

e *Compatibili:* Berbec, Gemeni, Balanţă, Săgetător
Sentimente complexe: Leu, Vărsător
Atracţii stranii: Taur, Scorpion
Incompatibili: Rac, Fecioară, Capricorn, Peşti

Peşti

f *Compatibili:* Taur, Rac, Scorpion, Capricorn
Sentimente complexe: Fecioară, Peşti
Atracţii stranii: Gemeni, Săgetător
Incompatibili: Berbec, Leu, Balanţă, Vărsător

10 reguli pentru a nu rămâne singur-/ă

> Andreas Capellanus, în The art of Courtly Love, spunea că: *dragostea este un tărâm necunoscut pe care nu este bine să te aventurezi dacă nu-i cunoşti cărările*.

Dragostea trebuie abordată în mod corect, ca să nu te rătăceşti printre simţuri. Omul are prostul obicei de a se repezi cu capul în zidul pasiunii crezând că astfel o să dărâme toate barierele. Capellanus, ca şi alţi specialişti în analizarea comportamentului uman, este de părere că DRAGOSTEA, CA SĂ NU MOARĂ ÎN FAŞĂ, ARE NEVOIE DE BUNE MANIERE.

Vulgaritatea nu poate câştiga niciodată în faţa curteniei. În principiu, el recomandă 10 reguli prin care dragostea poate fi cucerită, nu prin asedii riscante, ci prin*:*

RĂBDARE

SinceritatE

GESTURI DELICATE

DăruirE

Lipsa spiritului mercantiL

Daruri încărcate de simbolisM

RESPECT

PrieteniE

ToleranțĂ

COMUNICARE

Astfel “înarmat/ă”, poți trece la etapele cuceririi persoanei iubite, cu care îți dorești o relație de lungă durată, chiar căsătorie.

10 greşeli capitale care NU trebuie făcute cu o femeie

Dacă eşti bărbat, incearcă să nu le faci
Dacă eşti femeie, fii atentă

Greşeala nr. 1
TE STRĂDUIEŞTI PREA MULT SĂ FII *BĂIAT SIMPATIC*

Ai obervat vreodată că femeile considerate cu adevărat atrăgătoare nu par să fie niciodată atrase de *tipi simpatici*?, întreabă pe bună dreptate David DeAngelo (*Double Your Dating*)

Probabil că da.

Ba mai mult: parcă femeile frumoase se întâlnesc, din punctul tău de vedere, numai cu... *boschetari.*

De ce oare?

Să fii un *tip simpatic* nu înseamnă că neapărat o femeie va simţi pentru tine acea PUTERNICĂ atracţie pe care ţi-o doreşti

În plus, să fii un *tip drăguţ* nu va determina o femeie ca obligatoriu să te aleagă pe tine.

Totuşi, atât timp cât nu vei ACCEPTA că femeile aleg după alte criterii decât cel de a fi un *tip bine şi drăguţ* nu vei avea succes la ele.

Deci, nu fă eforturi evidente să fii un *tip drăguţ*!

Greşeala nr. 2
ÎNCERCAREA DE A O CONVINGE PE EA SĂ TE PLACĂ PE TINE

Ce fac majoritatea tipilor când întâlnesc o femeie pe care o plac cu adevărat dar care nu pare deloc interesată de o relaţie?

ÎNCEARCĂ S-O CONVINGĂ!

Pledează, argumentează, fac frumos, insistă, se fac luntre şi punte pentru a o convinge să-l bage în seamă!

MARE PROSTIE, PIERDERE DE TIMP ŞI DE ENERGIE!

Şi cu toate acestea toţi procedează la fel!

Când o femeie NU SIMTE atracţia, nu vei reuşi niciodată să-i modifici simţămintele cu argumente logice sau care apelează la raţiune.

Mai bine las-o baltă!

Greşeala nr. 3
CAUŢI DIN PRIVIRI ACORDUL SAU PERMISIUNEA EI

În încercarea bărbatului de a intra în graţiile femeii, de multe ori acesta caută din priviri sau atitudini aprobarea sau permisiunea ei.

ORIBILĂ IDEE!

O femeie NU va fi niciodată atrasă de un tip care *o pupă în f...*!

Asta nu înseamnă să tratezi o femeie urât, brutal, autoritar!

În nici un caz!

Nu trebuie să fii însă umil sau plângăcios, cerând

permanent aprobarea pentru orice mărunţiş.

O femeie este pur şi simplu iritată sau în cel mai bun caz încurcată când un bărbat îi cere aprobarea.

Vrei să verifici?

Simplu: întreabă o tipă bine în jurul căreia zumzăie admiratorii, care din ei o irită cel mai mult.

Greşeala nr. 4
ÎNCERCAREA DE A-I CUMPĂRA

AFECŢIUNEA CU MÂNCARE SAU CADOURI

De câte ori ai invitat o femeie la restaurant, i-ai adus flori sau cadouri şi ea te-a refuzat pentru a-l alege pe altul care nu făcea nici măcar jumătate din gesturile tale?

Probabil că de multe ori.

Ei bine, este normal să se întâmple aşa.

Şi ştii de ce?

Simplu: pentru că atunci când faci aceste gesturi, mai ales dacă sunt insistente, o femeie are sentimentul instinctiv că încerci s-o MANIPULEZI!

Da, s-o MANIPULEZI!

Mesajul transmis de tine sună cam aşa:

Nu cred că mă placi pentru ceea ce sunt aşa că

încerc să-ţi cumpăr atenţia şi afecţiunea

CONSECINŢĂ: bunele tale intenţii sunt percepute de femeie drept încercări disperate de a compensa insecuritatea pe care o inspiri şi lipsa de încredere în sine.

Asta nu înseamnă că trebuie să eviţi invitaţia la restaurant, florile sau cadourile!

Fă-le, dar cu masură!

Greşeala nr. 5
SĂ-I MĂRTURISEŞTI *CUM TE SIMŢI*, PREA DEVREME LA ÎNCEPTUL UNEI RELAŢII CU EA

FEMEILE ATRĂGĂTOARE SUNT RARE.

Din acest motiv sunt foarte curtate.

În consecinţă, nu trece zi de la Dumnezeu sau poate nici măcar câteva ore în care să nu se bucure de atenţia cel puţin a unui bărbat care vrea să-i intre în graţii.

Iar unii şi reuşesc.

Dacă numărăm toţi bărbaţii cu care relaţionează şi cu care ajung să se întâlnească, vom constata că nu sunt puţini.

Asta ce înseamnă?

Înseamnă că femeile atrăgătoare (nu neapărat manechine) acumulează EXPERIENŢĂ!... MULTĂ !

Deci ele ştiu la ce să se aştepte din primele clipe în care un bărbat le abordează.

Să spui, după prima sau a doua întâlnire:

Ştii, îmi placi chiar foarte, foarte mult!

va goni rapid o femeie cu experienţă din zona ta de interes.

AŞA CĂ NU TE GRĂBI, RELAXEAZĂ-TE!

Greşeala nr. 6
SĂ NU ÎNŢELEGI CUM FUNCŢIONEAZĂ ATRACŢIA LA FEMEI

Femeile sunt foarte diferite de bărbaţi în ceea ce priveşte modul de funcţionare al ATRACŢIEI.

Când un bărbat vede o femeie tânără, frumoasă şi sexi, el simte imediat atracţie sexuală.

Femeia simte oare la fel?

Nici pe departe!

Femeia este atrasă nu de cum arată un bărbat, ci mai ales de CUM O FACE SĂ SE SIMTĂ!

Dacă ştii cum să foloseşti limbajul trupului şi ştii să comunici corect, vei putea să determini o femeie să simtă aceeaşi puternică atracţie sexuală pe care o simţi şi tu când vezi o tânără, frumoasă şi sexi.

Acceptă că ele SIMT altfel ATRACŢIA!

Greşeala nr. 7
CREDINŢA CĂ PENTRU EA CONTEAZĂ CUM ARĂŢI SAU SĂ AI BANI

Una dintre greşelile făcute de majoritatea bărbaţilor este de a renunţa să abordeze o femeie chiar înainte de a încerca să facă acest lucru. Motivul invocat: pentru o femeie frumoasă contează cum arăţi sau câţi bani ai sau cât de înalt eşti sau ce vârstă ai sau...sau...sau...

Bineînţeles că există femei interesate numai de aceste criterii.

DAR NU TOATE.

Şi nici măcar foarte multe!

Majoritatea sunt însă foarte interesate de:

PERSONALITATEA bărbatului.

Personalitatea le atrage ca un magnet.

Nu trebuie să abordezi o femeie doar pentru că eşti sau nu eşti bogat, că eşti sau nu eşti frumos, tânăr, musculos sau mai ştiu eu cum!

ÎNVAŢĂ SĂ-ŢI FOLOSEŞTI PERSONALITATEA ŞI VEI REUŞI!

Greşeala nr. 8
SĂ RENUNŢI LA PUTEREA TA ÎN FAŢA UNEI FEMEI

Mai înainte arătam că nu trebuie să cauţi permanent aprobarea pentru acţiunile tale, femeii de care vrei să te apropii.

Unii bărbaţi fac greşeala de a ceda complet în faţa femeii dorite. Pentru a-i fi pe plac, fac absolut tot ceea ce EA le cere sau intuiesc că şi-ar dori!

GREŞEALĂ FATALĂ!

Femeile NU SUNT ATRASE de bărbaţii cu care şterg pe jos sau pe care îi calcă în picioare.

Femeile NU SUNT ATRASE DE FĂTĂLĂI!

Greşeala nr. 9
SĂ NU ŞTII EXACT CE TREBUIE SĂ FACI ÎN ORICARE DIN SITUAŢIILE ÎN CARE TE AFLI CU O FEMEIE

Acum am să te şochez!

O FEMEIE ŞTIE ÎNTOTDEAUNA CE GÂNDIŢI!

Femeia înţelege de zece ori mai bine şi mai repede limbajul trupului decât un bărbat!

De exemplu, dacă te întâlneşti cu o femeie şi vrei să o săruţi, ea ştie deja acest lucru! Iar dacă nu ştii exact ce trebuie să faci şi cum să faci, fii sigur că nu te va ajuta!

Exemplul de mai sus este valabil în orice situaţie cum ar fi agăţatul, cerutul numărului de telefon, solicitarea unei întâlniri, tot, absolut tot!

Dacă nu ştii exact ce trebuie făcut în fiecare situaţie în parte, ai toate şansele SĂ PIERZI!

Este vital să ştii pas cu pas cum să procedezi cu o femeie, de la prima întâlnire până la suitul în pat ...şi mai departe.

Greşeala nr. 10
SĂ NU CERI AJUTOR

Este cea mai mare greşeală din toate.

Bărbaţilor nu le place să pară slabi sau neajutoraţi.

BĂRBAŢILOR NU LE PLACE SĂ CEARĂ AJUTORUL!

Cere deci sfatul celor care au succes.

Nu te ruşina!

NU AI NIMIC DE PIERDUT!

CUM SĂ CUCEREŞTI

ATENȚIE !

Bărbații, pe lângă faptul că sunt în general incapabili să înțelegă semnalele de interes manifestate de o femeie, cred că orice clipire din gene sau privire galeșă înseamnă automat o invitație la sex.

Flirtul

Sfaturi pentru ELE

1. În primul rând, transmite semnale cât mai clare... şi mai simple. Dacă flirtezi cu un necunoscut doar ca să te amuzi trebuie să fii şi mai precaută. Poţi stârni orgolii care riscă să se manifeste extrem de neplăcut pentru tine. Distracţia fă-o deci cu cineva cunoscut care înţelege jocul tău.

2. Îmbracă-te sau aranjează-te astfel încât să atragi atenţia.

NU CEVA ORIBIL CARE SĂ PUNĂ PE FUGĂ.

Ceva însă mai puţin comun, interesant şi care să-ţi marcheze personalitatea.

3. Poartă-te degajat.

SIMTE-TE BINE ÎN PIELEA TA.

Afişarea în mod evident a dorinţei de a face cunoştinţă te va face să fii crispată, cu ochii holbaţi, rotindu-se în toate direcţiile precum cei ai unui

cameleon.

4. NU STA TOT TIMPUL CU PRIETENII.

Nici un bărbat nu va îndrăzni să se apropie de tine riscând să fie respins în faţa atât de multor persoane.

5. Dacă cineva intră în vorbă cu tine, iar la prima vedere agreezi persoana,

NU RĂMÂNE mută ca un peşte...

DAR NICI NU DEVENI GURALIVĂ ca o gaiţă.

Încearcă să păstrezi un echilibru în schimbul de replici. Cum oamenilor le place, în general, să vorbească despre sine, în lipsă de subiecte, pune întrebări care-l privesc. Vei arăta astfel, fără să faci prea mare caz, că persoana lui te interesează.

6. Vocea este esenţială.

NU ŢIPA, NU VORBI HÂRÂIT.

Dacă este zgomot în jur şi dacă persoana îţi place, este indicat să vorbeşti în şoaptă.

Pentru a fi auzită mai bine, veţi fi nevoiţi să vă apropiaţi unul de altul, să vă ascultaţi cu mai multă atenţie şi să vă focalizaţi mai mult unul asupra celuilalt.

ATENŢIE TOTUŞI să nu-ţi miroasă neplăcut gura!

7. NU întreba cu ce se ocupă.

Dai impresia că vrei să afli cât câştigă.

S-ar putea ca interlocutorul să te califice cum nu ţi-ar conveni.

8. Întreabă mai degrabă CE-I PLACE SĂ FACĂ.

Este un bun prilej de a afla mai multe despre persoana de care încerci să te apropii.

9. Dacă se poartă la fel de interesat sau atent şi cu celelalte tipe aflate în anturaj, ca şi tine, aproape sigur este doar un *cuceritor* .

Nu-l interesează o relaţie stabilă, ci un ... trofeu.

Acum, depinde ce doreşti tu de la EL.

Oricum, nu încerca să ţi-l adjudeci la concurenţă: RIŞTI SĂ-ŢI PARĂ RĂU MAI TÂRZIU, FOARTE RĂU!

Sfaturi pentru EI

1. NU fi încordat! Nu pune presiune pe tine! Paradoxal, bărbaţii sunt mai timizi decât femeile atunci când este vorba de a face cunoştinţă.

2. NU te gândi ce se va întâmpla în următoarele secunde sau minute.

3. NU face calcule sau strategii.

4. FII TU, ca şi cum ai în faţa ta o veche cunoştinţă pe care te bucuri că o vezi. Asta nu înseamnă să te arunci de gâtul ei.

POARTĂ-TE FIRESC!

Să faci cunoştinţă cu o femeie este...cel mai simplu şi uşor lucru din lume.

În fiecare clipă, milioane de perechi se întâlnesc şi fac dragoste.

Deci, dacă atât de mulţi oameni se întîlnesc înseamnă că nu este atât de greu.

6. Nu te parfuma agresiv.

7. Atenţie la ...mirosuri.

Înainte de a porni la *vânătoare* fă un duş, dă-ţi cu un parfum discret dar sesizabil masculin şi pune-ţi haine curate (chiar dacă sunt nişte blugi vechi şi o cămaşă nu tocmai nouă).

Atenţie la păr: să nu fie slinos. Oricât de simpatic ai fi, nişte plete cu aspect îngălat vor goni potenţialele *victime*.

8. Roşeşte!

Dacă poţi să roşeşti în timp ce vorbeşti cu o femeie, câştigi o grămadă de puncte.

Majoritatea femeilor adoră să vadă un bărbat roşind când le vorbeşte.

Asta măcar la prima întâlnire.

9. Dacă ai văzut-o de multe ori în drumurile tale, dar nu ai curajul s-o abordezi, încercă mai întâi să-i prinzi privirea.

Dacă ai reuşit, schiţează pentru început un gest de salut cu capul.

Treci mai departe.

NU FORŢA!

Data viitoare, gestul va fi mai clar şi eventual însoţit şi de un salut verbal.

Iar apoi, de tine contează cum vei continua în funcţie de reacţia mai mult sau mai puţin încurajatoare a EI.

10. DACĂ NU I-AI CAPTAT INTERESUL ÎN PRIMELE 90 DE SECUNDE, ESTE MAI BINE SĂ RENUNŢI.

Aşa ne sfătuiesc specialiştii în comunicare.

Cum să scrii un bileţel de dragoste

În primul rând, trebuie să ştii că scrierea unui bileţel de dragoste este singurul element care deosebeşte cert omul îndrăgostit de animalul în perioada rutului.

Deci, dacă ai ascultat sfatul cu jurnalul, nici n-ar trebui să-ţi fie prea greu. Ei bine, tot aceste bileţele te vor feri să-ţi pui speranţe într-un partener care nu ţi se potriveşte din punct de vedere intelectual.

Nu e vorba de ceea ce îţi scrie, ci de gramatică! STATISTICA DEMONSTREAZĂ CĂ BILEŢELELE SCRISE INCORECT GRAMATICAL DUC LA O DESPĂRŢIRE “ÎN FAŞĂ” DE PARTENERII NECORESPUNZĂTORI.

Desigur, partenerii cu acelaşi nivel de şcolarizare nu vor sesiza “fleacurile” astea şi vor merge mai departe, ceea ce este bine, pentru că au şanse să se potrivească şi pe mai departe.

În România, se citeşte aşa cum se scrie, aşa că doar gramatica poate scoate la iveală o nepotrivire peste care, oricât ai vrea, nu se poate trece, decât dacă partenerul în care ai investit sentimente se străduieşte să remedieze “defectul”. Cu gramatica, trebuie să te descurci singur/ă.

Cu scrierea unui bileţel de amor vă pot ajuta sfaturile lui Barrie Dolnick *(How to write a love letter)*

Biletul de dragoste n-are nimic în comun cu raţiunea.

Nu încerca să faci o înşiruire logică de stări şi sentimente. Lasă-te purtat/ă de nebunii lingvistice, inventează cuvinte, experimentează magia unor expresii cu totul noi.

Mulţi spun că în ziua de azi toţi mincinoşii spun că te iubesc.

POATE, DAR PARTENERUL VREA SĂ AUDĂ ACEASTĂ EXPRESIE “DESUETĂ”.

Sunt alte criterii după care mincinoşii sunt prinşi cu mâţa-n sac. Un bileţel de dragoste nu provoacă niciodată răni, ci doar un sentiment de bucurie că partenerul, uite, în această zi, la această oră, s-a oprit din activitatea lui obişnuită şi s-a gândit la persoana dragă.

Nimeni nu rezistă la un bileţel de dragoste, aşa că nu ezita să-l scrii mai ales dacă ţi-ai supărat partenerul. Chiar dacă atunci va fi axat pe scuzele de rigoare, trebuie presărat cu cât mai multe cuvinte de dragoste. Este clar pentru oricine că acolo unde nu există sentimente profunde, nu există nici dorinţa de a-ţi cere scuze sau de a-ţi exprima în zeci de feluri iubirea.

Bileţele electronice, pe mobile sau pe e-mail, nu sunt romantice, pentru că efectul psihologic este maxim atunci când partenerul a scris cu mâna lui bileţelul. Senzaţia pe care o descriu cel mai adesea participanţii la astfel de experimente este de “încălzire a inimii”.

Dar, să dăm Cezarului ce este al Cezarului: nici mesajele electronice nu lasă rece partenerul! Chiar dacă sunt gata făcute de profesionişti şi “ornate” cu fel de fel de imagini şi sunete. S-a constatat că nu numai tânăra generaţie se “înmoaie” la astfel de mesaje, ci şi “clasicii”.

Tot efect de “seră” au şi bileţele presărate peste tot, atunci când îţi inviţi partenerul acasă.

Doar cel care traduce invitaţia printr-un îndemn la sex nu va avea răbdare să citească hârtiuţele.

Foarte important!

Prima declarație de dragoste
se face în mod direct,

față în față,

NU ÎN SCRIS,
pentru că atunci contează foarte mult
și mimica.

Cu cine ar fi mai bine să nu ieşi

Cynthia Heimel (*This Time it's personal*) este o autoare cu foarte mult umor. Totuşi, sfaturile sale, scurte şi concise, conţin numai adevăruri… chiar dureroase uneori. Cum ştii cu cine ai vrea o relaţie de durată? Cynthia numeşte doar pe cei cu care, dacă începi o relaţie, este pe riscul tău. Dar câte concluzii se trag de aici!

Întrebare: *Cum îţi dai seama că un bărbat îşi face planuri de viitor?*
Răspuns: *Îşi cumpără două lăzi cu bere*

Sfaturi pentru EA

1. Are vizibil nevoie să treacă pe la dentist. GÂNDEŞTE-TE CUM VA FI PRIMUL SĂRUT!

2. Nu vrea câini pentru că sunt o responsabilitate prea mare.

Cât despre căsnicie nici nu mai poate fi vorba!

3. Găseşti prin baia locuinţei sale tot felul de tuburi goale vechi.

Ciorapii murdari îi vei găsi cu siguranţă sub pat, în camera lui şi n-ai de unde să ştii de când zac acolo.

4. La masă, îşi încarcă furculiţa de parcă ar fi ultimul dumicat din viaţa lui şi nu respiră până nu termină.

Ori e rezultatul unei traume din copilărie, ori se va face cât dulapul până la vârsta de 30 de ani.

ŞI ÎNTR-UN CAZ ŞI-N ALTUL, MAI BINE TE PLIMBI SINGURĂ PRIN PARC DECÂT SĂ PIERZI TIMPUL.

5. Foloseşte adjectivul “delicios” în relaţie cu oamenii, nu cu prăjiturile.

TE VA SERVI LA DESERT.

6. Poartă blănuri.

E EFEMINAT ŞI NU ŞTII CE DECURGE DIN ASTA!!!

7. Se vopseşte pe faţă pentru a merge la meci. Vei fi mereu pe locul doi în viaţa lui.

8. Poartă pantaloni strâmţi ca să i se ghicească “bogăţia”.

Nu poţi fi sigură că tot ce e acolo e… natural.

Mai bine laşi o femeie nepretenţioasă să verifice şi tu vezi-ţi de treabă.

9. E chel, dar găseşte el câteva fire să şi le treacă peste “luciul apei”.

E fraier.

ÎNCEARCĂ SĂ ASCUNDĂ ŞI CEEA CE ESTE EVIDENT.

10. Poartă adidaşi fără ciorapi.

Crede-mă, nu vrei să fii în preajma lui când şi-i scoate.

Sfaturi pentru EL

1. EA impune locul de întâlnire.

Dacă nici în faza asta nu te lasă pe tine la comandă, gândeşte-te când e vorba de decizii cu adevărat importante.

2. Are nevoie de o lucrare dentară.

De fapt, nu contează care din doi nu-şi îngrijeşte dinţii.

PENTRU UN SĂRUT PLĂCUT ESTE NEVOIE DE DOUĂ GURI SĂNĂTOASE.

3. Vrea să cineze la lumina sfeşnicelor, să se plimbe la nesfârşit sub clar de lună, să-i reciţi poezii de autori celebri…

Fata asta chiar nu are şi o dorinţă mai la îndemână?

E CLAR CĂ N-O SĂ-ŢI DEA VOIE LA MECI, DAR O SĂ-ŢI DĂRUIASCĂ DE ZIUA TA UN VOLUM DE EMINESCU.

4. Îşi iubeşte negrăit de mult mama.

Ai grijă, “soacră-ta” va şti tot ce faci şi… cum o faci!

5. Îşi urăşte mama.

Nu e tolerantă nici cu cei care sunt sânge din sângele ei.

Ce pretenţii să mai ai dacă te vede în acelaşi lift cu vecina?!

6. Nu se rade sub braţ şi lasă să se vadă sau să se simtă asta.

Nu e vreo modă naturistă de sorginte franceză, ci doar neglijenţă faţă de propria persoană.

FĂ UN EXERCIŢIU DE IMAGINAŢIE CUM VA ARĂTA DUPĂ CĂSĂTORIE.

7. Vorbeşte mult.

Nu te amăgi că va tăcea vreodată.

8. Îi strălucesc ochii când vorbeşte despre sex. EŞTI SIGUR CĂ DOAR LA TINE SE VA GÂNDI MEREU?

9. Foloseşte întotdeauna diminutive.

“Anumite” diminutive te vor scoate din sărite şi-ţi vor leza iremediabil orgoliul.

10. Îţi creează impresia că este peste tot.

ATUNCI, DUMNEZEU UNDE MAI ESTE?

A te întâlni sau a NU te întâlni

Întâlnirile sunt parte din arta curteniei, deci nu trebuie să fie la întâmplare. Fiecare întâlnire, după modul cum s-a desfăşurat, demonstrează “ceva” din caracterul partenerilor, pentru că rolul lor este de a oferi un motiv de comunicare. În urma acestor întâlniri, partenerii decid, individual, dacă vor să continue relaţia. Iată câteva din aspectele urmărite de fiecare în parte în timpul întâlnirilor:

Caracterul și integritatea

Comportamentul

Scopul în viață

Obiceiurile și preferințele

Opiniile religioase,

culturale, politice

Date despre familie

Situație socială și financiară

Opinii despre sex,

căsătorie, copii

Priorități

ARTA CURTOAZIEI ÎN DRAGOSTE

Cum trebuie să evolueze o relaţie

Se recomandă o anumită ordine
evolutivă, pentru o relaţie, şi anume:

Convorbiri telefonice
Convorbiri pe chat
E-mail
PlimbŞri prin parc
Invitaţii la fast-food-uri şi cafenele
Invitaţie la restaurant
Invitaţie acasă
Trimiterea de cadouri

Reguli generale

Discuţiile din timpul întâlnirii nu trebuie să fie stresante, ci fireşti, atunci când doi oameni simt că se plac. Răspunsurile trebuie să fie sincere, ele arătând doar o stare de fapt la un moment dat.

Partenerii care simt o atracţie deosebită unul faţă de celălalt nu aşteaptă răspunsuri ideale, ci vor doar să afle mai multe.

Compatibilitatea sau incompatibilitatea nu sunt niciodată bătute în cuie, cum nici firea omului nu rămâne încremenită în nişte baremuri.

Când oamenii se plac cu adevărat, se modelează unul după celălalt.

Obligatoriu de făcut

1. SOSEŞTE LA TIMP

2. Adoptă o prezenţă fizică dintre cele mai plăcute având grijă de imaginea personală

3. Fă curăţenie în maşină (dacă foloseşti maşina personală)

4. ASCULTĂ. Acordă atenţie specială spuselor partenerului. Îl vei cunoşte astfel mai bine.

5. RESPECTĂ BUNELE MANIERE LA MASĂ

6. COMUNICĂ: menţine mintea şi spiritul deschise la comunicarea cu partenerul.

Ce NU trebuie să faceţi

1. Monopolizarea conversaţiei.

Evită să vorbeşti tot timpul. Ascultă mai mult şi vorbeşte mai puţin.

2. LĂUDĂROŞENIA.

Lasă-l pe celălalt să descopere cât de grozav sunteţi.

3. FLIRTUL CU ALŢII.

O astfel de atitudine transmite un semnal clar de neseriozitate din partea ta.

4. Invadarea intimităţii celuilalt.

Mai ales la prima întâlnire evită să te bagi practic în sufletul celuilalt prin apropiere excesivă sau atingeri insistente.

AI RĂBDARE.

Lasă timpul să reducă distanţa.

5. Controlul situaţiei.

O întâlnire înseamnă doi oameni. Iar fiecare are dreptul la opinie personală şi independentă.

6. BÂRFA.

Viaţa personală a prietenilor este sacră.

Dacă dovedeşti apetit pentru a diseca viaţa altora şi a pune pe tapet informaţii intime despre aceştia, înseamnă că nu eşti o persoană de încredere şi deci, de evitat.

7. Discuţii despre bani şi relaţiile trecute.

Dacă despre bani vei putea discuta după ce vă veţi cunoaşte mai bine, despre fostele iubiri nu este indicat să discuţi vreodată.

Întâlnirile

Termenul generic de întâlnire cuprinde mai multe metode de apropiere, de explorare, între doi parteneri. Iată câteva dintre acestea precum şi recomandările specialiştilor.

CONVORBIRI TELEFONICE.
ONLINE CHAT.
E-MAIL.
ÎNTÂLNIRI FAŢĂ ÎN FAŢĂ. Sunt cele mai valoroase, pentru că partenerii au
contact total unul cu altul.

Convorbiri telefonice

Nu trebuie să fie lungi, obositoare, în momente nepotrivite, indiferent câte minute aveţi disponibile.

Telefonul este un mijloc de control şi generează o stare de stres atunci când sună prea des.

Orice convorbire care începe cu

“UNDE EŞTI? CE FACI?”

îi dau senzaţia partenerului că e monitorizat, mai ales dacă se întâmplă de mai multe ori pe zi.

Telefonul între îndrăgostiţi trebuie folosit pentru mesaje de genul:

”AM VRUT SĂ-ŢI AUD VOCEA!”, sau

“ÎMI ERA DOR DE TINE”,

dar să nu continue cu un chestionar. Şi un sfat de ultimă oră:

NU RĂSPUNDEŢI LA TELEFON CU ORICE PREŢ, MAI ALES DACĂ SUNTEŢI LA TOALETĂ, CĂ SE AUDE.

Există multe cazuri de parteneri care s-au despărţit pentru că unul avea chef de giugiuleli verbale, iar celălalt... a tras apa.

Online chat

E modern, dar nu e recomandat decât pentru anunţarea unor date de ultimă oră.

Vrute şi nevrute vorbeşti doar cu prietenii platonici.

Chat-ul presupune o anumită rapiditate a răspunsului, nerecomandată pentru o comunicare între două persoane care vor o relaţie romantică în primul rând. E ca şi cum ai pune stăpânire pe viaţa celuilalt, ştiind în orice moment ce face, ce gândeşte etc.

CHAT-UL DISTRUGE în primul rând, când e vorba de două persoane care-şi doresc o relaţie de dragoste de lungă durată, AŞTEPTAREA.

Între doi îndrăgostiţi, aşteptarea este magică.

Ea creşte treptat nevoia de a intra în contact cu persoana iubită.

Într-o relaţie de lungă durată, misterul este un ingredient care nu trebuie să lipsească.

Pe chat, totul e direct şi rapid.

Respectă totuşi şi următoarele reguli:

1. Verifică întâi dacă serviciul oferit de sit-ul respectiv este serios şi de calitate.

2. Fii onest când te descrii.

3. Fii respectuos cu noile cunoştinţe indiferent dacă vei dori sau nu să dezvolţi o relaţie cu acestea.

4. Dacă nu eşti interesat/ă de relaţia cu noua cunoştinţă, răspunde arătându-i regretul tău.

NU lăsa pe nimeni să aştepte în van un răspuns de la tine.

5. Tratează-te cu respect.

NU răspunde niciodată mesajelor grosolane cu aceeaşi monedă.

Semnalează însă incidentul administratorului sitului.

6. Nu furniza de la început informaţii personale detaliate.

ÎNCREDEREA SE CÂŞTIGĂ ÎN TIMP.

7. Dacă decizi să te întâlneşti cu persoana respectivă, fă acest lucru într-un loc public pentru o durată de maximum 1-2 ore.

8. Este de recomandat ca cineva din familie să ştie unde te afli şi pentru cât timp.

E-mail

În ziua de astăzi, multe relaţii încep astfel şi se continuă prin căsătorii. A devenit deci o modalitate de întâlnire ce trebuie luată în seamă, ca o primă fază a unei relaţii de durată.

Aşa cum demonstrează răspunsurile date de perechile care s-au cunoscut prin Internet, e-mail-ul a devenit o cale facilă de a cunoaşte o persoană care te-ar putea interesa.

SINGURA REGULĂ ESTE SINCERITATEA în privinţa datelor personale.

Bineînţeles, cunoaşterea pe Internet nu este decât o primă etapă, dar foarte necesară într-o societate din ce în ce mai ocupată, care reuşeşte să evadeze adesea doar prin intermediul computerului.

Întâlnirile faţă în faţă

Rămân cele mai recomandate pentru un debut promiţător. Nimic nu se compară cu “atingerea cărnii”.

SĂ FII ÎN IMEDIATA APROPIERE A PERSOANEI CARE TE INTERESEAZĂ,

SĂ RESPIRI ACELAŞI AER,

SĂ-I ATINGI PIELEA SAU PĂRUL,

îţi poate da cele mai multe indicii despre ceea ce simţi.

FIORII DRAGOSTEI SE SIMT DOAR PRIN CONTACT DIRECT.

Totuşi, şi aici există reguli de bun simţ care fac întâlnirile mai plăcute.

Reguli generale

Cum decurge deci *procesul*?

Crezi că ai întâlnit sufletul pereche.

Este vremea să vă întâlniţi:

Regula nr 1
Nu cunoşti persoana

Chiar dacă aţi schimbat numeroase mesaje sau aţi stat ore întregi pe chat, asta nu înseamnă că vă şi cunoaşteţi.

S-ar putea ca prăjitura din galantar sau de pe afiş să nu aibă gustul pe care ţi l-ai imaginat chiar dacă arată nemaipomenit!

Habar nu ai cum miroase sau cum acţionează *sufletul pereche*!

IA-O DECI UŞUREL!

Dacă îţi cere prea repede numarul de telefon, răspunde politicos şi precaută că doreşti să mai aştepţi un pic.

Iar dacă prima conversaţie telefonică nu decurge aşa cum ţi-ai fi dorit, nu te grăbi să dai ochii cu personajul respectiv:

MAI TERGIVERSEAZĂ până te lămureşti sau *clopoţelul* încetează să mai sune!

Regula nr 2
Mai întâi telefonul şi apoi întâlnirea

Nu sări direct din online la o întâlnire sub clar de lună.

Rişti să te *arzi* la lumina ei!

Ai mai întâi cel puţin două-trei conversaţii telefonice.

Încearcă astfel să cunoşti mai bine persoana de la capătul firului.

Imaginează-ţi că prima convorbire telefonică este de fapt o întâlnire faţă în faţă.

Pregăteşte-te ca şi cum ar fi: stabileşte o oră anumită la care să aibă loc; fă o baie caldă înainte, parfumează-te, machiază-te, îmbrăcă-te cu ceva ce te face să te simţi dorită, într-un cuvânt aranjează-te astfel încât întreaga ambianţă să fie cât mai romantică.

Aceasta te va inspira cum nu-ţi imaginezi!

Regula nr. 3
Fii în siguranţă

Întotdeuna, dar ÎNTODEAUNA alege ca locul primei întâlniri să fie într-o zonă circulată, la o oră rezonabilă după-amiaza sau seara devreme.

Este şi mai indicat un loc care îţi este familiar: un restaurant, o cofetărie, o cafenea.

NICIODATĂ, DAR ABSOLUT NICIODATĂ să nu stabileşti loc al primei întâlniri propriul apartament sau firma unde lucrezi.

Evită plimbări prin locuri pustii.

Foloseşte propriul autoturism.

Asigură-te că terminaţi întâlnirea când mai sunt încă alte persoane în jur.

Dacă prima întâlnire are loc în alt oraş, NU dezvălui adresa hotelului unde te-ai cazat.

Verifică înainte de întâlnire, dacă nu cunoşti în prealabil, zona unde va avea loc aceasta.

Dacă nu-ţi convine sau ceva nu ţi se pare în regulă, RENUNŢĂ şi revino la hotel.

Regula nr. 4
Nu te grăbi

Prima întâlnire nu trebuie să fie prea lungă!

Întâlniţi-vă pentru o singură modalitate de a petrece timpul împreună, modalitate care trebuie să dureze o oră, maximum două.

Dacă totul decurge bine poţi prelungi, dar nu prea mult.

EVITĂ ORICE SUBIECT SAU EVOLUŢIE A CONVERSAŢIEI TENSIONATE SAU CARE POATE INDUCE TENSIUNI.

Nu bombarda cu întrebări iscoditoare sau incomode companionul.

Încearcă însă să-l cunoşti putin câte puţin.

Mulţi oameni sunt dezinvolţi la telefon dar foarte stângaci sau tensionaţi în timpul întâlnirilor faţă în faţă. Dacă partenerul are însă manifestări care fac să sune clopoţelul de alarmă nu ezita să scurtezi diplomatic întrevederea.

Regula nr. 5
Fă impresie bună

Oricât de precaută eşti nu trebuie să exagerezi cu manifestarea acestei atitudini: te va împiedica să arăţi cât de atrăgătoare şi interesantă eşti în realitate.

Şi cine ştie, poate în faţa ta se află chiar ALESUL şi rişti să-l pierzi.

CEA MAI BUNĂ IMPRESIE O LAŞI FIIND CALMĂ ŞI ARĂTÂND ÎNCREDERE ÎN PERSOANA TA.

Incearcă să te bucuri de adrenalina care îţi inundă sângele.

Încearcă să te simţi bine.

ZÂMBEŞTE (nu prosteşte şi nici cu superioritate) dacă ceea ce auzi sau vezi ţi se pare amuzant.

Trish McDermott (*Vice President of Romance of www.Match.com.*) afirmă că atributele care fac o bună impresie sunt:

CĂLDURA,

SIMŢUL UMORULUI,
IMAGINAŢIA,
ÎNCREDEREA,
SUCCESUL,
FERMITATEA,
INDIVIDUALITATEA,
LIMBAJUL TRUPULUI,
ABILITATEA

Încearcă măcar să fii cât mai strălucitoare în cele care te caracterizează.

Iar pentru buna impresie, nu trebuie neglijate nici următoarele reguli:

a. Punctualitatea

POŢI ÎNTÂRZIA 2-3 MINUTE.

Dacă soseşti prea devreme, nu sta plantată/plantat în mijlocul drumului. Admiră vitrinele magazinelor din zonă.

SE ADMITE SFERTUL ACADEMIC.

DAR NU MAI MULT DE O DATA.

Şi neapărat însoţit de scuzele de rigoare.

Nu trebuie să aştepţi peste aceste 15 minute. Dacă a existat un motiv serios, cel care a întârziat are obligaţia să-l caute pe celălalt şi să dea explicaţiile de rigoare.

Dacă nu o face în aceeaşi zi, este bine să-l cauţi tu: poate s-a întâmplat ceva grav şi se află în imposibilitatea de a comunica.

Dacă nu este cazul, iar explicaţiile sunt greu argumentate, mai bine renunţi la relaţie.

b. Amabilitatea

Dacă eşti EL, nu uita regulile elementare ale amabilităţii faţă de EA şi anume:

- ţinutul hainei când se îmbracă,
- ţinutul de mână când coboară dintr-un vehicul,
- condusul la adresa indicată de EA când întâlnirea se termină,
- etc.

c. Fumatul pe stradă

Este nepoliticos să fiţi braţ la braţ sau înlănţuiţi tandru în timp ce vă plimbaţi pe stradă sau printr-un parc şi unul sau amândoi să trageţi din ţigară, eventual să v-o şi transmiteţi reciproc.

d. Respectul conversaţiei

Nu-ţi întrerupe partenerul în timpul conversaţiei.

ESTE nu numai ENERVANT dar şi total neproductiv pe parcursul schimbului de idei sau impresii.

Bineînţeles, ai ceva FOARTE IMPORTANT de spus!

Nu-i nimic, abţine-te până ce partenerul termină ce avea de spus.

Mai aştepţi încă cel puţin o respiraţie a acestuia (nu se ştie, poate mai are ceva de adăugat!) şi apoi, poţi interveni şi tu.

La plimbare prin parc

Parcul creează atmosfera romantică de care este nevoie în orice început de relaţie.

Plimbarea prin parc te face să-ţi dai seama de sensibilitatea partenerului, de care trebuie să ţii cont ulterior. În plus, s-a constatat că primele întâlniri sunt stresante, iar spatiile deschise şi decorul natural contribuie la relaxare.

SE RECOMANDĂ DISCUŢII LEJERE, PE TEME GENERALE, NEINTRÂND ÎN DETALII DESPRE PROPRIA PERSOANĂ.

Un prim contact fizic, o atingere a mâinilor, este de preferat gesturilor acaparatoare, cum ar fi să-i pui mâna partenerului pe gât, sau în jurul mijlocului, nici chiar să-l iei de mână şi să nu-i mai dai drumul.

Invitaţia la fast-food

Este necesară pentru că, de regulă, oamenii mănâncă în tovărăşia persoanelor cunoscute.

Servitul mesei creează o anume intimitate, absolut necesară pentru o relaţie.

Desigur, trebuie să ţii cont de câteva reguli de bun simţ pe care le-ai învăţat în cei şapte ani de-acasă, anume:

SĂ NU MĂNÂNCI HULPAV,

SĂ NU VORBEŞTI CU GURA PLINĂ,

SĂ NU TE FOLOSEŞTI DE FURCULIŢĂ PENTRU A GESTICULA,

SĂ FOLOSEŞTI ŞERVEŢELUL, NU, DOAMNE FEREŞTE! MÂNECA.

La cafenea

Cafeneaua ar trebui să ofere o atmosferă mai intimă, de aceea:

ESTE NECESAR SĂ FIE ALEASĂ CU GRIJĂ, NU DINTRE ACELEA FRECVENTATE DE LICEENI SAU STUDENŢI GĂLĂGIOŞI.

De obicei, e bine să vă întâlniţi seara pentru că nu trebuie neapărat să beţi cafea.

Deja puteţi să abordaţi teme mai personale, să vă tatonaţi gusturile.

Bărbatul trebuie să conducă partenera acasă, începând să se familiarizeze cu această responsabilitate.

La restaurant

O relaţie care nu “trece” şi pe la restaurant înseamnă că nu a trecut testul comportamentului în societate.

Totul contează la o întâlnire la restaurant, de la ţinută la felul cum vorbeşti cu chelnerul.

BĂRBATUL AR TREBUI SĂ FACĂ UN EFORT ŞI SĂ INVITE PARTENERA LA UN RESTAURANT DE LUX, nu dintre cele care seamănă mai degrabă cu nişte cantine.

Nu trebuie să o invite des, poate chiar doar o dată, dar să fie o seară de neuitat.

Neapărat trebuie să aibă o ţinută de seară, după posibilităţi, un pantalon, o cămaşă, cu sau fără cravată şi un sacou. Şi pantofi, bineînţeles, nu adidaşi (sic!).

Femeia trebuie să se îmbrace şi ea mai deosebit, fără a se împopoţona.

Este o experienţă romantică şi n-ar trebui stricată prin comentarii răutăcioase la adresa chelnerului sau bucatelor comandate, cum fac mulţi “aristocraţi moderni”, ca să se dea importanţi faţă de parteneră. În fond, dacă serviciile prestate nu sunt la înălţime, înseamnă că n-a ales cu grijă restaurantul, ceea ce este o bilă neagră pentru bărbat.

Câteva reguli simple respectate pot contribui substanţial la imaginea ta:

1. Păstrează o poziţie corectă la masă.

Spatele să nu fie cocoşat, iar mâinile trebuie aşezate de o parte şi de alta, pe masă.

2. Când bei, priveşte în pahar şi nu pe deasupra acestuia.

3. Dacă trebuie să iei un medicament, nu anunţa în gura mare acest lucru.

4. Nu-ţi umple farfuria.

Dacă este cu autoservire, pune câte puţin din ceea ce doreşti să serveşti.

5. Foloseşte tacâmurile în funcţie de necesităţi.

Nu le învârti între degete inutil.

6. Ia înghiţituri mici.

Aceasta îţi va permite să intervii în discuţie fără să vorbeşti cu gura plină.

7. Bea numai după ce ai înghiţit mâncarea din gură.

8. Foloseşte-ţi degetele pentru a îndepărta corpuri nedorite din gură (de exemplu oase) pe care le depui apoi pe marginea farfuriei.

NU LE SCUIPA ÎN FARFURIE SAU ÎN BATISTĂ

9. NU anunţa în gura mare că mergi la toaletă.

Scuză-te doar discret şi părăseşte masa.

10. Nu te plânge zgomotos de calitatea serviciilor sau a mâncării.

Fă-o discret, adresându-te ospătarului sau şefului de sală.

11. Nu te scărpina, pieptăna, ruja sau farda în timpul mesei.

Dacă simţi nevoia de aşa ceva, retrage-te discret la toaletă.

12. Nu-ţi înşira pe masă efectele personale: ceasul, mobilul, etc.

13. Nu te întinde peste masă să iei ceva prea depărtat de tine.

Roagă pe cineva apropiat de obiectul dorit să ţi-l transmită.

14. Nu băga cuţitul în gură.

15. Nu mesteca cu gura deschisă.

16. Nu plescăi în timp ce mesteci.

17. Nu gesticula cu tacâmurile în mâini.

18. Nu te scobi în dinţi la masă.

Dacă este absolut necesar, ridică-te discret şi mergi pentru a face acest lucru la toaletă.

Acasă

PRIMA INVITAŢIE ACASĂ, INDIFERENT CINE O FACE, NU TREBUIE SĂ DECURGĂ ÎN PREZENŢA FAMILIEI.

Partenerul trebuie să se obişnuiască întâi cu habitatul celuilalt.

Casa, sau numai camera în care stai, vă reprezintă, aşa că partenerul va afla multe despre tine.

Practic, invitaţia acasă este cel mai important pas într-o relaţie de lungă durată.

Bineînţeles, VIZITA NU TREBUIE SĂ SE ÎNCHEIE ÎN PAT.

E TIMP DESTUL!

Unii chiar se sperie de atâta timp cu o singură persoană!

Fără falsităţi, invitaţia acasă, care trebuie să fie reciprocă, este necesar să dea senzaţia de siguranţă.

Partenerul trebuie să se simtă “ca la mama acasă”, şi asta nu e doar o figură de stil.

Cadourile

FEMEILE ADORĂ SĂ PRIMEASCĂ DARURI.

Nici bărbaţilor nu le displace, numai că nu se dau în vânt după flecuşteţe.

Cele mai gustate cadouri sunt cele care simbolizează ceva în evoluţia relaţiei.

NU TREBUIE SĂ FIE COSTISITOARE, ci simple atenţii, care demonstrează dorinţa de a face plăcere celuilalt.

În lipsă de inspiraţie, bărbatul poate scăpa uşor cu o floare.

Femeia trebuie să exploreze serios nevoile partenerului ca să ştie ce i-ar face plăcere.

Mai rar, dar mai consistent.

MICILE ATENŢII FAC ÎNTÂLNIRILE MULT MAI PLĂCUTE ŞI MAI INTIME.

Bunele maniere şi sexul

El: *Nu ştiu de ce porţi sutien; nici măcar nu ai ce pune în el.*
Ea: *Şi tu porţi pantaloni, nu-i aşa?*

Regula nr 1
Bărbaţii vor să fie recunoscuţi ca...bărbaţi

Eventual să primească şi o diplomă de bărbat.
Mai ales dacă este vorba de performanţele lor sexuale.
Aşa că de multe ori întreabă...după:
CUM TE-AI SIMŢIT, IUBITO?

Dacă a fost ok, atunci e simplu.

Dar dacă n-a fost? Ce spui?
IUBITULE, A FOST MINUNAT!

Joci teatru o dată, de două ori dar dacă o ţii tot aşa eşecul relaţiei este asigurat!

Şi să fii bucuroasă dacă nu vor ieşi scântei!

Deci, cum este bine să procedezi mai ales dacă simţi că el este Alesul?

SIMPLU!

Cu prima ocazie când faceţi dragoste, şopteşte-i la ureche, cât mai senzual cu putinţă, ce doreşti să-ţi facă, de genul:

IUBITULE, PUR ŞI SIMPLU SIMT CĂ LEŞIN CÂND...SAU CÂND....

Nu ezita să descrii exact ceea ce doreşti de la el.

Dacă metoda nu dă rezultate, data viitoare când întreabă cum te simţi, spune-i, fără brutalitate sau pe un ton de reproş, ADEVĂRUL.

Dacă ţine cu adevărat la tine, se va strădui să urmeze indicaţiile tale şi, cu timpul, totul va fi din ce în ce mai bine.

Regula nr 2
Femeile vor să le fie recunoscută frumuseţea şi să simtă că sunt dorite

Daţi Cezarului ce este al Cezarului.

Recunoaşterea calităţilor feminine se simte prin atenţia acordată mângâierilor, delicateţea atingerilor, răbdarea de a explora trupul dorit.

NU TE GRĂBI!

AI AJUNS ÎN PAT!

De ce trebuie să te dai cât mai repede jos?

Oricât de macho ai fi, graba de a termina îţi va reduce drastic punctajul.

INCOMPATIBILITĂŢI

ATENŢIE:

O relaţie cu o zodie incompatibilă are şanse de reuşită numai dacă faci nişte compromisuri definitive. Asta înseamnă că nu trebuie să-ţi schimbi comportamentul doar ca să atragi partenerul care îţi place, apoi, după ce l-ai prins în „cursă”, să încerci să-i schimbi lui comportamentul, pentru că te va trece rapid în rândul incompatibililor.

Iată cum sunt ei când iubesc:

Ghid pentru incompatibili

incompatibilitea între zodii nu este bătută în cuie. Dacă ţii cu tot dinadinsul să devii compatibil/ă cu zodii cu care eşti incompatibil/ă prin definiţia astrologilor, trebuie să ştii, în mare, cam ce îi place celuilalt.

Un ajutor veţi găsi în acest ghid, deşi el nu este decât un punct de plecare. Mai multă atenţie acordată preferinţelor partenerului sau prietenului „incompatibil”, ca şi necesitatea de a-ţi sacrifica din preferinţele tale, îţi vor asigura apropierea şi înţelegerea faţă de „cel dificil”.

Iată câteva linii generale.

BERBEC
„Cel rapid”

Cărţi: Berbecul apreciază lecturile rapide, cu suficientă acţiune ca să le verse adrenalină în sânge. Povestirile scurte, thriller-urile, constituie preferinţele lor. Dacă este femeie, poţi să-i oferi povestirile lui Edgar Allan Poe sau proza scurtă a lui Cehov. Un bărbat va fi foarte mulţumit cu povestirile lui Stephen King sau romanele lui Sven Hassel.

Filme şi programe Tv: Filme ca „Zona Crepusculară”, adică scurte şi pline de neprevăzut, sau filme „cu muşchi” cu Schwarzenegger, Van Damme, dar care să aibă şi puţină gândire, nu numai bătaie, sunt foarte apreciate. Femeilor le plac însă şi filmele sau serialele cu psihologi criminalişti, gen „Cracker”. Dintre emisiunile de televiziune, cele mai apreciate sunt cele sportive, chiar şi competiţii de hockey, box şi „procese ale etapei” fotbalistice.

Ciocolata: Nu sunt pretenţioşi la ciocolată, dar dacă le dai, o mănâncă pe nerăsuflate, ca să scape de grija ei.

Muzică: Metallica, Nirvana, Goran Bregovici, Tudor Gheorghe.

Ce le place să mănânce: Au un bun apetit şi le place varietatea. În general le plac aperitivele, cu cât mai piperate şi mai condimentate cu atât

mai bine. Adoră mâncarea chinezească. Sosurile roşii îi incită, cu atât mai mult dacă sunt sosuri de boia iute şi paprika, etc.

TAUR
„Cel aşezat”

Cărţi: Taurul este genul „aşezat”, orientat pe romane poliţiste. Pe Agatha Christie o adoră. De asemenea, scurtele povestiri istorice, axate mai mult pe fapte decât pe date, îl relaxează. Femeia Taur este încântată de Tolstoi şi Dostoievski.

Filme şi programe Tv: Îl încântă filmele epice, cu scenarii care să conţină de toate, şi dialoguri spumoase, şi scene dramatice, gen Braveheart, cu Mel Gibson, care, de altfel, este actorul lor preferat. Femeile, în afară că îl preferă tot pe Mel Gibson, ar vedea de nenumărate ori Cleopatra, în versiunea cu Elisabeth Taylor. Le plac şi filmele poliţiste şi cele de război. Dintre emisiunile de televiziune, le preferă pe cele de divertisment, ca să aibă ce critica.

Ciocolata: Grijă mare, că înfulecă tot şi vouă vă lasă doar glazurile. Asta dacă sunt prea sătui. Dacă pretinzi că ţie nu-ţi plac dulciurile, se vor simţi în siguranţă alături de tine.

Muzică: Există o contradicţie în Tauri. De regulă aşezaţi, liniştiţi, Taurii sunt şi dornici de petreceri, unde, da, ascultă cu plăcere „infamele” manele, mai ales după câteva pahare. În rest, ascultă muzică folk, românească sau americană, dar şi Schubert şi Brahms, pentru a reveni la „liniştea din adâncuri”. Dacă sunt bine dispuşi, ascultă chiar orice, muzică să fie şi să nu le zgârie timpanul.

Ce le place să mănânce: Taurii au predilecţie pentru dulciuri. De aceea nu se omoară cu felurile premergătoare desertului, fiind foarte practici. Banala friptură cu cartofi prăjiţi îi satisface pe deplin. Şi, în general, orice altă mâncare gătită.

GEMENI
„Cei nerăbdători”

Cărţi: N-au răbdare pentru marile foiletoane doar dacă sunt împărţite în capitole scurte, gen literatură pentru ziar. De altfel, Gemenii sunt mari devoratori de ziare, de broşurici de toate genurile, educaţionale, ficţiune, sfaturi pentru sănătate, glume, chiar şi benzi desenate. Nu sunt mofturoşi la teme, pentru că sunt atât de curioşi, încât îşi impun să fie bine informaţi în toate domeniile.

Filme şi programe Tv: Nu li se poate lua telecomanda din mână şi adesea se laudă că au văzut mai multe filme deodată. Totuşi, cel mai mult îi „prind” comediile, mai ales cele cu copii şi animale. Dar îl plac pe John Malkovich, urmărindu-i toate filmele. Dintre programele de televiziune, preferă emisiunile sportive şi pe cele de divertisment, dar tot în regim de „flash-uri”.

Ciocolata: Îi place mai mult să guste o varietate de ciocolate. N-o să-i vezi terminând o bucată. Mai bine să-i trataţi cu bomboane de ciocolată cu diverse umpluturi.

Muzică: Trebuie să aveţi muzică din ultimii zece ani, ca să poată alege. Nu se pot hotărî ce le place mai mult, ar asculta şi Duran-Duran, dar şi Mozart în acelaşi timp. Cert este că le place să se distreze, să fredoneze, să dirijeze o orchestră imaginară. Doar pentru asta este muzica, să distreze.

Ce le place să mănânce: Cum sunt mereu pe fugă, le place orice fel de mâncare care nu necesită prea mult pentru a fi servit. Sufleuri, boucheuri, cu umplutură de ciuperci, carne, brânză, alune, boabe de porumb, orice poate fi înghiţit dintr-o îmbucătură, este pe placul lor.

RAC
„Cel sentimental”

Cărţi: Le place tot ce se numeşte literatură lacrimogenă; femeilor în special. Acestora nu le scapă un prilej de a vărsa o lacrimă, tolănite pe jos, cu o pătură pe picioare şi cu o ceaşcă de cacao lângă ele, pentru „atmosferă”. Bărbaţii, puţin mai duri în gusturile literare, preferă totuşi

genul de biografii romanţate, pentru a comenta din belşug cu partenerele. Tot ei, bărbaţii, sunt fascinaţi de Umberto Eco. Când o carte le atinge o coardă sensibilă, ceea ce nu este greu, învaţă pasaje întregi pe de rost. O vreme, vor trăi sub influenţa cărţii respective, de aceea este obsolut necesar să ştiţi ce carte citeşte, ca să ştiţi cum se vor comporta.

Filme şi programe Tv: Preferă serialele gen „Rădăcini”, „Pasărea Spin”, sau filme ca „Numele Trandafirului”. Dar pot deveni dependenţi de telenovele, chiar dacă nu le place prea mult subiectul, dar vor să ştie „firul” regizoral. Altfel, cam greu îi prinzi în faţa televizorului. Şi când o fac, comentează întruna.

Ciocolata: Oricât de mică, mai lasă şi pentru mai târziu. Ca să îi atrageţi, trebuie să tăiaţi orice prăjiturică în „dumicaţi”, ca să nu aibă impresia că au mâncat mult.

Muzică: Fiind nişte sentimentali şi nostalgici, îi adoră pe Joan Baez, Bob Dylan, Johnny Cash, Cat Stevens. Surprinzător bărbaţii se dau în vânt şi după rockul dur, care îi bagă în trepidaţii.

Ce le place să mănânce: În afara faptului că sunt ei înşişi buni bucătari, adoră felurile de mâncare aspectuoase. Ca să nu vă expuneţi la viitoare critici, orice gătiţi trebuie să fie bun la gust, potrivit de sărat, iar pe masă trebuie să puneţi un set de condimente, inclusiv usturoi.

LEU
„Cel viteaz”

Cărţi: Adoră romane cu personaje puternice, rol la care aspiră şi ei în secret toată viaţa. Îi atrag marile figuri ale istoriei, surprinse de mari prozatori, gen Feuchtwanger: „Vulpile în vie”, „Baladă spaniolă”, „Goya”. Romanele lui John Grisham, în general, romanele cu acţiuni intense, îi impulsionează şi le amplifică spiritul aventurier. De multe ori te plictisesc încercând să-ţi „traducă” romanul după percepţia lor.

Filme şi programe Tv: Printre preferinţe se numără „Naşul”, „Star Wars”, „Titanic”, „Agonie şi Extaz”, „Cidul”, documentarele istorice de pe Discovery, seriale poliţiste care le dau prilejul să semnaleze toate greşelile

de regie. Emisiunile de divertisment constituie un prilej să comenteze întruna. În general, trebuie multă răbdare să staţi la televizor alături de ei, dar trebuie să-i lăsaţi să-şi facă numărul, dacă vreţi să fie bine.

Ciocolata: Mari consumatori de energie, îşi încarcă bateriile cu ciocolată. Totuşi, nu sunt peste măsură de mâncăcioşi, dar le place cu adevărat să facă ei porţiile. Dacă vreţi să le faceţi o mare plăcere, rugaţi-i să facă oficiile de gazdă când este vorba de împărţit torturi şi prăjituri.

Muzică: Îi adoră numai pe cei mai mari cântăreţi şi numai hiturile acestora. Sunt foarte selectivi, deşi ascultă o mare diversitate de muzică. Preferaţi permanenţi rămân The Beatles, Elvis Presley, Frank Sinatra, Aretha Franklin, Michael Jackson.

Ce le place să mănânce: Dacă îi daţi seminţe de floarea soarelui, nu mai aveţi treabă cu el. Lăsând la o parte gluma, îi plac salatele de orice fel, dar se omoară după cele mediteraneene. Sunt recomandate salate de vinete, creme de susan, salate orientale, aspectuoase şi bine condimentate. În general, Leii vor ce-i mai bun din orice, deci pentru orice fel de mâncare optaţi, aveţi grijă să nu îi lipsească nici un ingredient.

FECIOARA
„Cea analitică”

Cărţi: Având o minte iscoditoare şi analitică, Fecioara doreşte să-şi formeze o memorie enciclopedică. Obosită de prea multă informaţie, evadează în „zona crepusculară”, aşa că îi puteţi oferi proză scurtă de H.G. Wells, orice carte a lui Garcia Marquez, Umberto Eco şi orice volum al clasicilor ruşi, Cehov şi Dostoievski în special. Adoră cărţile, aşa că nu puteţi să-i faceţi o bucurie mai mare decât să-i oferiţi cadou o carte.

Filme şi programe Tv: În general, nu se uită la un film sau la o emisiune care nu are informaţii utile, din care se poate învăţa ceva. Este fascinată de personaje mintoase, de scenariile întortocheate, pe care încearcă să le „rezolve” înainte de terminarea filmului. Filme cu psihologi care luptă să vindece răni sufleteşti ce par că nu au vindecare, atât cu psihologi criminalişti, cât şi cu psihologi de copii, o ţin ţintuită la televizor

şi nu trebuie să o deranjaţi cu nimic, pentru că Fecioara se implică în filme de parcă ar fi realitate. Îi plac şi legendele gen „Domniţa şoim”, care este filmul ei preferat. În rest, preferă documentarele de pe Discovery şi National Geographic.

Ciocolata: Mănâncă numai când simte nevoia, când consumul nervos este prea mare. Atunci cumpără multe soiuri, chiar şi prăjituri cu cremă de ciocolată, le începe pe toate, dar nu termină niciuna.

Muzică: Are nevoie de muzică ambientală, pe care o alege în funcţie de starea sufletească, aşa că ascultă şi muzică simfonică, chiar Wagner în momentele de revoltă, dar n-o să greşiţi niciodată dacă îi oferiţi din muzica popoarelor, pe care o ascultă în orice împrejurare.

Ce le place să mănânce: Au un gust desăvârşit când prepară pentru alţii. Atunci când trebuie însă să prepari pentru o Fecioară, nu vă zgârciţi la decor. Îi place să stea la o masă încărcată de feluri de mâncare frumos ornate, chiar mai mult decât îi place să mănânce. Salatele de crudităţi, foarte diversificate în ingrediente, sunt cele mai nimerite.

BALANŢA
„Cea romantică”

Cărţi: Semn al mariajului şi al parteneriatului, Balanţa este cel mai mare fan al romantismului. „Pe aripile vântului”, „La răscruce de vânturi”, „Vin ploile”, romane de Cella Serghi sau „La Medeleni”, de Ionel Teodoreanu, se numără printre favoritele Balanţei. Ca să-i faceţi lectura mai plăcută trebuie să-i amenajaţi un colţişor cu o veioză, un fotoliu confortabil şi un raft de cărţi preferate.

Filme şi programe Tv: Îi plac filmele „de cuplu”, adică despre cupluri care, oricât de greu le-ar fi împreună, reuşesc să găsească o cale de înţelegere şi reuşesc să se descopere unii pe alţii. „Când un bărbat întâlneşte o femeie”, „Nopţi albe în Seattle”, şi multe alte filme de genul ăsta. Cum sunt şi împătimiţi de ordine socială, adoră serialul „Lege şi ordine”. Se uită şi la talk-show-uri pe teme mereu actuale, despre care îi place să vorbească

un timp. Dacă vă alăturaţi la aceste comentarii vă va considera perechea ideală.

Ciocolata: Mai bine să alegeţi două porţii, pentru că-i place să savureze ciocolata fără să împartă, deşi nu îi place să recunoască asta. Dacă va şti că aveţi o porţie egală, va fi şi mai mulţumită.

Muzică: Nu se pot stabili la un gen de muzică, dar le place să se bucure şi alţii de audiţie, aşa că va întreba întotdeauna de preferinţele celor din jur. Nu trebuie decât să le semnalaţi preferinţele şi vă veţi bucura în egală măsură de audiţie. În particular, Balanţa ascultă melodiile din Top 40, fiind mereu la curent cu noutăţile.

Ce le place să mănânce: Indiferent ce este pe masă, Balanţa va alege întotdeauna două feluri. Peparaţi orice doriţi, dar să nu lipsească legumele, carnea, specialităţile italieneşti, spaghete sau pizza, dar nu comandate, ci făcute în casă.

SCORPION
„Cel senzual”

Cărţi: Aproape toţi scorpionii îşi neagă senzualitatea intensă faţă de alte persoane, deoarece sunt foarte practici şi se tem să-şi dezvăluie această latură vulnerabilă. Intensităţile scrierilor celebrei Anais Nin parcă îi defineşte pe ei şi orice roman plin de scene profund senzuale îi acaparează, cu condiţia să aibă o naraţiune care să le incite mintea. Le place să deţină controlul asupra pasiunilor, chiar dacă nu reuşesc întotdeauna. Deci, nu le daţi Sandra Brown, ci mai degrabă „Regii blestemaţi”, de Maurice Druon.

Filme şi programe Tv: „Henry şi June” este filmul lor preferat şi cea mai mare plăcere pe care i-o puteţi face este să vă găsiţi de lucru când vizionează acest film (se găseşte şi pe casetă). Pentru că este despre Anais Nin, scriitoarea preferată. Împreună puteţi viziona „X-Files” şi să-i lăsaţi să vă spună detalii despre cazurile prezentate, pentru că ei sunt mai la curent cu cazurile prezentate în film. „Twin Peaks” îi fascinează, iar cazurile lui Sherlock Holmes îi determină să le rezolve înainte de sfârşitul episoadelor.

Ciocolata: Îi place, dar cel mai mult dacă o întinde pe trupul partenerului, ca apoi... N-o să facă asta decât dacă îi cereţi, ca şi când ar fi o dorinţă a voastră.

Muzică: Ritmurile latino să zicem că îi satisfac pe deplin. În general, daţi-i muzică languroasă, ca să îi permită mişcări lascive şi veţi fi pe „aceeaşi lungime de undă". Îi place şi muzica electronică, pentru relaxare. Iar dacă sunt în stare „retro", se lasă duşi de ritmurile valsurilor celebre.

Ce le place să mănânce: Scorpionii nu sunt simandicoşi, preferă preparatele obişnuite. Singura lor dorinţă este ca ele să fie fierbinţi. Acest fapt presupune că trebuie să le serviţi întotdeauna aburinde, chiar dacă asta înseamnă mai multe drumuri la bucătărie. Dacă nu îi place cum este servit, Scorpionul va mânca în alte părţi şi vă va critica. Ca şi la Berbec, preparatele trebuie să fie garnisite cu sos de boia. Dacă folosiţi ca aperitiv ouă umplute, preparaţi pentru decor un sos de bulion.

SĂGETĂTOR
„Cel aventurier"

Cărţi: Mare amator de informaţie, iubitor de călătorii, Săgetătorul adoră jurnalele de călătorie bine scrise. Tot atât de mult îi plac şi călătoriile dincolo de realitatea aparentă, odiseele spaţiale şi „călătoriile" în interiorul minţii şi senzaţiilor omului. Nu greşiţi dacă le faceţi cadou S.F.-uri de autori celebri, ca Isaac Asimov.

Filme şi programe Tv: „Pacientul englez", „Şapte ani în Tibet", „Crocodile Dundee", sunt filmele preferate. Nu petrec prea mult timp în faţa televizorului, dar puteţi să-i surprindeţi şi la o telenovelă, de dragul de a-şi însuşi o limbă străină, pentru că mor să ştie din toate câte puţin. Se uită la emisiuni bogate în imagini şi călătoresc cu puterea minţii în orice regiune a lumii, aşa că puteţi lăsa televizorul pe canalul National Geographic dacă vreţi să-i „simţiţi" mai bine.

Ciocolata: Nu îi oferiţi ciocolată autohtonă, nici dacă este făcută după patent străin. Doar ciocolata străină îi este pe plac şi dulciurile cu fructe exotice.

Muzică: Gata oricând să exploreze ritmuri străine, culturi noi. De bază este ritmul reggae, dar ascultă şi ritmuri salsa şi ritmuri africane. În general dacă este muzică nouă, va fi interesat să o asculte şi apoi să o comenteze. Îi place şi spectacolul bine organizat, ca show-urile lui Michael Jackson şi Ricky Martin, sau cele dansante, ale trupei irlandeze „Lorzii dansului”.

Ce le place să mănânce: Sunt întotdeauna în căutare de noutăţi. Este bine să studiaţi reţete din reviste franţuzeşti, sau dacă nu aveţi astfel de posibilităţi, folosiţi ornamente exotice. De exemplu, preparate pe bază de conopidă ornată ca un copăcel exotic, ou umplut aşezat pe foaie de salată să dea impresia unui nufăr, castraveţi, morcovi, gogoşari muraţi tăiaţi în diverse figuri. Ca desert mergeţi pe tarte cu fructe ornate cu gelatină albastră.

CAPRICORN
„Cel dramatic”

Cărţi: Mare amator de broşuri pline de sfaturi, gen „Gândirea pozitivă”, Cum să vă faceţi prieteni”, „Cum să vă exercitaţi influenţa” etc. Sunt convinşi că astfel de sfaturi le vor îmbunătăţi cariera şi viaţa personală. Umorul îi destinde, aşa că romanele Rodicăi Ojog Braşoveanu vor fi cel mai apreciat cadou.

Filme şi programe Tv: Serialul „Preţul succesului” este favorit, „Ally McBeal” îi distrează, ştirile de pe Wall Street i se par necesare, iar emisiunile despre cum se fac banii, îi fascinează. Capricornul are nevoie de dramatism, aşa că orice emisiune gen „Iartă-mă” îl acaparează total. Se uită şi la dramaticele telenovele, deşi le critică, de suprafaţă.

Ciocolata: Trufe. Doar trufele de foarte bună calitate îi exaltă simţurile.

Muzică: Muzica disco îl satisface pe deplin. Îi place să fie loial trupelor din adolescenţa sa, aşa că trebuie să aflaţi ce formaţii erau la modă în acea perioadă şi veţi şti ce-i place.

Ce le place să mănânce: Nu au gusturi exotice. Din contră, le plac preparatele simple care să-i sature. De regulă, Capricornii se simt bine când

au stomacul plin. La ei şi dragostea trece prin burtă. Puteţi găti orice, să serviţi direct din tăvi şi să fie în cantităţi suficiente.

VĂRSĂTOR
„Cel visător”

Cărţi: Total neconvenţional, Vărsătorul se va lansa în literatura magică şi S.F. „Harry Potter”, constituie marele regret al Vărsătorului adult, pentru că nu a avut-o când era copil. Orice roman pe teme futuriste devine favorit, oricât de nerealistă ar fi tema.

Filme şi programe Tv: „Matrix”, în oricâte variante şi oricât ar fi de criticat, este filmul favorit. „Star Trek”, „Star Gate”, „Star Wars”, „Prinţesa Xena”, sunt la loc de cinste. Parodiile gen „Hot Shots” îi „tăvăleşte pe jos” de râs. Adoră şi emisiunile comice deocheate. Trebuie doar să staţi lângă ei şi să nu le criticaţi gusturile.

Ciocolata: Batoanele de ciocolată cu diverse umpluturi, creme, alune, stafide etc. Doar să aveţi multe.

Muzică: Principalul ţel al Vărsătorului este să schimbe lumea, aşa că orice muzică „revoluţionară” o va aprecia, chiar dacă nu o va înţelege de la început. Îi adoră pe marii compozitori şi cântăreţi care au revoluţionat istoria muzicii, deci trebuie să fiţi bine puşi la punct cu aceştia, şi să puteţi face conversaţie pe tema asta.

Ce le place să mănânce: Este iarăşi o zodie nepretenţioasă. Mănâncă aproape orice, dar să aibă posibilitatea de a alege. Deci se recomandă o varietate de preparate. Puteţi face chiar şi sandwich-uri, dar nu din felii întregi de pâine, ci decupate în figuri geometrice, rumenite la cuptor. Cu cât meniul va fi mai diversificat, cu atât se va simţi mai bine.

PEŞTI
„Cei emotivi”

Cărţi: Extraordinar de sensibili, Peşti adoră literatura care să-i descarce printr-un plâns sănătos, sau măcar să le dea posibilitatea să sufere şi pentru alţii. Sunt capabili să se implice total în acţiunea cărţii şi să devină extrem de nefericiţi împreună cu eroii romanului respectiv. Cum nu le face

deloc bine, se recomandă să le oferiţi cărţi mai puţin tensionate emoţional. Noroc că le plac şi legendele despre marii eroi ai lumii şi pe astea trebuie să vă axaţi când vreţi să le oferiţi o carte. Romanele despre cavaleri sunt cele mai apreciate, iar regele Arthur se numără printre favoriţi.

Filme şi programe Tv: Femeile în general adoră telenovelele latino-americane. Bărbaţii, mai reţinuţi când este vorba să-şi exteriorizeze emoţiile, preferă umorul negru precum „Familia Simpsons”. Ecranizările care intră în categoria „fanteziilor” îi readuce în lumea copilăriei, la care practic, nu renunţă toată viaţa. „Poveste de Crăciun” este filmul preferat şi, în general, orice ecranizare după povestirile lui Hans Christian Andersen.

Ciocolata: Îi place să o împartă pe toată, fără să-şi oprească nici o bucăţică. Nu trebuie să-i faceţi observaţie în acest sens pentru că vă va considera o persoană meschină.

Muzică: N-o să greşiţi dacă îi oferiţi albume de jazz, Miles Davis şi John Coltrane fiind favoriţii. Sunt mereu dornici să exploreze ritmuri „fanteziste”, ca de exemplu rockul negru al formaţiei germane Rammstein.

Ce le place să mănânce: Fani ai tuturor preparatelor marine. Somn cu cartofi natur şi maioneză, preparate cu caracatiţă şi sepie, creveţi şi icre, sunt foarte apreciate. Salata din peşte marinat cu maioneză şi ornată cu verdeaţă proaspătă este preparatul favorit.

Cum iubesc ELE/EI?

Pentru a aborda cu şanse de reuşită o persoană care este trecută la *incompatibilă* amoros cu zodia noastră, trebuie să ştim cum este aceasta când iubeşte şi ce fel de persoane o atrage.

Pe un perete dintr-o toaletă de femei scrie: *Soţul meu mă urmăreşte peste tot!*

Puţin mai jos cineva adăugase: *Nu-i adevărat!*

BERBEC:

Persoana lor este foarte importantă, aşa că, dacă promit ceva ce le afectează obiceiurile adânc înrădăcinate, să te bazezi că se ţin de cuvânt.

Berbecul este plin de tensiune şi pasiune, dar vrea să-şi păstreze independenţa. Poţi să-l conduci uşor dacă îi dai siguranţa libertăţii, pentru că nu o vor folosi ca să te înşele. Există însă pericolul acţiunilor instinctuale, care îi caracterizează. Ai grijă să nu îl laşi singur cu o persoană provocatoare, că va renunţa repede la conştiinţă şi nu se va simţi deloc vinovat. Numai să nu te ţii după el în mod ostentativ. Primăvara au o izbucnire sălbatică, o pasiune pentru a-şi dovedi puterea, o furtună care ar putea să te ciufulească rău dacă nu acţionezi cu toată tandreţea de care dispui pentru a-l tempera. Este patronat de războinicul Marte, dar devine blând ca un pisoi dacă îl alinţi.

TAUR:

Guvernat de Venus, Taurul are o structură emoţională foarte profundă, dar nevoia de stabilitate îl îndeamnă să caute un partener pe care să se poată baza, decât un partener care îi place din punct de vedere estetic. De aceea are tendinţa de a-şi ironiza partenerul ales, comparându-l cu cel ideal, fără să se sinchisească dacă jigneşte. Din cauza acestor ironii, dă falsa impresie că nu iubeşte, că nu îi pasă, ceea ce nu este adevărat. Devine chiar patetic dacă simte că partenerul s-a săturat şi vrea să plece, pentru că iubirea lui este profundă, deşi învăluită într-un comportament, cam indiferent, egoist. Este egoist într-adevăr, dar numai cînd se află la ananghie. Taurul îşi va arăta adevărata forţă de a dărui iubirea. Totuşi, dacă provoci prea des astfel de „revărsări”, îţi va da cu „copita”. Şi ţine cu tot dinadinsul să lovească primul, să nui dai tu lui papucii. Taurul are nevoie de multă înţelegere pentru impasurile

sale şi de un impuls serios ca să-l scoată din lenevia obişnuinţei, care plictiseşte un partener ce vrea mai multă „acţiune”.

GEMENI:

Comunicarea, intelectul şi rapiditatea îi conduc pe Gemeni şi în dragoste. Ca să le placă o persoană, aceasta trebuie să fie foarte expresivă, să nu aibă fixaţii şi să se adapteze uşor schimbărilor de comportament ale Gemenilor. Deci să fie o persoană flexibilă, adaptabilă. Energia activă a Gemenilor poate să îi dezorienteze în anumite momente, şi nu suportă să fie pisaţi dacă iau o decizie greşită. În general, ei caută o persoană care să le ofere un echilibru, stabilitate, o persoană care să-i înţeleagă, care nu va vrea să le controleze viaţa şi, mai ales, caută o persoană care să ştie să asculte, pentru că nevoia lor de a comunica rapid orice gândesc nu le oferă răgazul de a recepţiona şi alte păreri. Ca să îi faci să asculte, trebuie să le comunici ceva cu adevărat interesant.

RAC:

Este foarte emotiv şi întotdeauna are impresia că primeşte mai puţin în iubire decât oferă, ceea ce îl descurajează. Are nevoie acută de siguranţă şi de confort, ceea ce ar putea fi un impediment în găsirea partenerului; că acesta trebuie să-i confere siguranţa căminului de „acasă” de la mama. Sunt foarte senzitivi, adesea interpretând greşit vorbele şi acţiunile partenerului. Acestuia îi revine sarcina permanentă de a vorbi fără ambiguităţi, pentru a nu-i da posibilitatea unui Rac să întrebe: „Adică, ce ai vrut să spui?” Pentru că Racul va crede întotdeauna că vrei să-l ataci. Aşa cum Luna intră în diferite faze, aşa intră şi Racul în diferite stări. Cine iubeşte un Rac trebuie să nu lase nici o umbră de îndoială în privinţa sentimentelor sale şi să se adapteze toanelor fără să le pună la suflet, pentru că Racul, deşi pare

că ţine la independenţă, abia aşteaptă să fie lăsat să iubească aşa cum ştie el, profund, magic, protector şi plin de idei „erotice”.

LEU:

Inimă de leu este o expresie care pentru astrologi înseamnă patimă. Bineînţeles, Leul iubeşte cu pasiune, dar pasiunea poate fi covârşitoare, poate anihila voinţa partenerului, sau poate să-l alunge. Dornic să conducă şi în iubire, Leul dictează o listă întreagă de cerinţe şi se interesează prea puţin de nevoile partenerului, fiind convins că le ştie. Are forţa de a consolida o relaţie, dar este la fel de capabil şi să o „ardă”. În ciuda dorinţei de a-şi impune voinţa ca un mare lider, Leul rămâne un mare copil, putând fi manevrat uşor dacă îi este gâdilat orgoliul. Chiar şi el ştie asta. Călcat pe coadă, devine extrem de brutal în vorbe, umileşte atât de tare, încât foarte greu poate fi iertat. Nu trebuie să-l aduci în această stare. Trebuie să-i recunoaşti, măcar formal, superioritatea şi Leul va fi mândru de partenerul său. Şi merită să-i faceţi această concesie, pentru că are o inimă mare, pe care vrea să o dăruiască.

FECIOARĂ:

Nevoia de stabilitate este cea care ghidează alegerea partenerului. Fecioara duce o viaţă organizată şi nu are nevoie de un partener care să-i strice planurile. De asemenea, vrea ca partenerul să aibă o educaţie solidă, o cultură generală bogată, să aibă conversaţie. Cu un simţ analitic foarte dezvoltat, nu se poate abţine să nu evalueze ceea ce poate să-i ofere partenerul, punând în balanţă ceea ce-i place şi ceea ce nu-i place la partener. Totuşi, dacă simte că partenerul poate să-i ofere stabilitatea după care tânjeşte, Fecioara devine mai maleabilă cu ceea ce nu-i place la partener, nădăjduind că îl va schimba în timp. Într-o relaţie, Fecioara apreciază cel mai mult certitudinea, jocurile menite să

diversifice relaţia nefiind agreate. Cine vrea să învăluie o Fecioară ca să o poată prinde în capcană va face cunoştinţă cu latura războinică a ei. Poate fi prinsă numai când îşi lasă jos garda pentru că asta vrea. O Fecioară nu va reproşa niciodată partenerului că a fost păcălită, pentru că ştie că s-a „dat” prinsă.

BALANŢA:

Influenţat de Venus, patroana iubirii, a frumuseţii, a echilibrului şi armoniei, s-ar putea spune despre partenerul Balanţă că este cel mai loial partener dintre toate zodiile. Nimic mai neadevărat. Este influenţat de toate cele enumerate mai sus, este poate cel mai răbdător cu persoana iubită, aşteptând ca aceasta să intre în tiparul pe care îl vrea, dar dacă persoana iubită nu vrea să se lase modelată după necesităţile Balanţei, nevoia de armonie va îndrepta Balanţa spre alte iubiri. Calmul este calitatea cea mai apreciată de o Balanţă. Aveţi ceva să-i reproşaţi, faceţi-o cu calm şi nu-i cereţi să rezolve neajunsul, căci va înţelege ce are de făcut. Balanţa are o nevoie cu totul specială de un partener, putând chiar să devină dependent de această nevoie, căzând în tot felul de capcane amoroase din care iese greu, tocmai pentru că este foarte răbdătoare. Simte nevoia să dăruiască mai mult decât primeşte şi înfloreşte pur şi simplu dacă lăsaţi Balanţa să se desfăşoare în galanterie.

SCORPION:

Foarte receptiv, cu tendinţe de a fi introvertit, Scorpionul nu poate fi pus într-un tipar, pentru că este capabil de mari schimbări şi înnoiri. Este asemeni un lac căruia nu îi poţi estima profunzimea. Trebuie explorat. Dacă îţi asumi riscul de a explora un Scorpion, fără teamă de „otrava” lui, vei descoperi sentimente profunde, o iubire extremă, o senzualitate misterioasă. Scorpionul este capabil de iubire pătimaşă,

care poate scoate la suprafaţă partea mai puţin frumoasă, a geloziei şi dorinţei posesive. O relaţie cu un Scorpion trebuie să fie monogamă, altfel veţi cunoaşte otrava. Trebuie să îi oferiţi încredere, o oarecare independenţă şi atunci se va lăsa explorat şi va ţine cont şi de necesităţile partenerului. Are nevoie de multă energie pozitivă, pentru a nu cădea în extreme, iar această energie poate fi asigurată numai prin încredere în ceea ce face, criticile iritându-l peste măsură. Nu îşi va copleşi partenerul cu daruri teribile, dar este o persoană foarte atentă când iubeşte şi va oferi întotdeauna cadoul pe care îl consideră necesar pentru partener. Tot asta aşteaptă şi de la partener.

SĂGETĂTOR:

Plin de „foc”, Săgetătorul este şi în iubire foarte activ, extrovertit, mobil şi expansiv. Arde de nerăbdare să înflăcăreze persoana iubită cu idealurile sale despre viaţă, chiar şi când persoana îndrăgită are nevoie de o iubire mai „concretă”. Plin de entuziasm, Săgetătorul aşteaptă de la partener să răspundă cu jovialitate la demersurile lui, orice critică dezamăgindu-l profund. Schimbarea şi nevoia de varietate îl fac să-şi dorească parteneri la fel de mobili ca şi el, fixaţiile nefiindu-i pe plac cu nici un chip. Fără un partener care să-i echilibreze nevoia de schimbare, Săgetătorul iese lesne în „decor”. Cine iubeşte un Săgetător este sfătuit să îl tempereze cu grijă, fără să-i impună conduita, deoarece dacă este forţat, va vrea să rupă lanţurile şi să se elibereze de persoana cicălitoare. În aceste condiţii este foarte brutal şi jigneşte profund.

CAPRICORN:

Este una dintre cele mai muncitoare zodii, ceea ce îşi lasă amprenta şi în dragoste, apreciind persoanele care oferă stabilitate, simple, fără „fiţe”, fără jocuri de-a şoarecele şi pisica premergătoare unei relaţii.

Dacă i-aţi câştigat încrederea, veţi avea surpriza să constataţi că, în dragoste, Capricornul îşi pierde din rigiditate şi are rezerve nebănuite de erotism, adorând jocurile sexuale. De altfel, această dualitate, de forţă stabilizatoare şi gingăşie, este caracteristică pentru manifestările de iubire ale Capricornului. Este bine să ştiţi cum să-l relaxaţi când vine de la serviciu, să ştiţi cum să determinaţi un Capricorn să vă mărturisească micile secrete erotice. Cel mai mult apreciază persoanele pline de umor, care nu şi-l pierd nici în situaţiile de criză.

VĂRSĂTOR:

Guvernaţi de şocanta planetă Uranus, Vărsătorii mai mult visează şi nu prea se concentrează pe o singură persoană când li se pare că iubesc. Problema lor cea mai mare este că se îndrăgostesc cu uşurinţă, dar uneori nu-i ţine nici până ajung acasă. Tind să devină interiorizaţi creându-şi o lume interioară de vis, în care greu pătrunde o altă persoană, în afara mamei. Pasiunea pentru viaţă, pentru lucruri noi, îi scoate însă din bârlog, şi atunci puteţi să le treziţi interesul împărtăşindu-le entuziasmul. Trebuie să-i încurajaţi în permanenţă să se concentreze pe un ţel concret, realizabil, şi să le oferiţi acea stabilitate după care tânjesc, dar singuri nu o pot obţine. Reţineţi că prezintă un mare potenţial pentru succes dacă au o fundaţie stabilă. Trebuie să deveniţi, deci, acea „fundaţie”. Aşa veţi reuşi să treceţi şi peste rebeliunile lor şi să-i faceţi să se întoarcă la „temelie”, căci dacă le-aţi stârnit dragostea până în profunzimi, atunci nu îi va mai interesa o altă persoană.

PEŞTI:

Neptun le conferă o aură mistică. Tăcuţi în ceea ce priveşte sentimentele lor, plini de compasiune, au tendinţa de a oferi sprijin persoanelor aflate în crize sentimentale. Din nefericire, acest lucru îi

aduce deseori în situaţia de a fi „înlocuitori” de moment, ceea ce le distruge încrederea în ei, pentru că se implică sufleteşte în orice relaţie. Norocul lor este că sunt adaptabili, trecând peste traume şi aruncându-se în „ape” noi, cu aceeaşi nevoie de a se simţi necesari. Dar, când li se umple paharul, se îneacă pur şi simplu într-o mare de emoţii, care îi copleşesc. Au nevoie de multă afecţiune, niciodată nu consideră că este prea multă tandreţe într-o relaţie. Sunt bântuiţi de temeri, de insecuritate şi au nevoie de multe încurajări. Când se lasă, la rândul lor, ajutaţi şi reuşesc să-şi exprime sentimentele, devin strălucitori, plini de energie drăgăstoasă.

Regulile de bază ale separării

Sandra Ann Miller (*A Girlfriend’s Guide to Getting Over Him*) creează 10 reguli de bază pentru ca cei/cele recent separaţi/te să nu facă greşeli care le vor îngreuna situaţia şi le vor afecta demnitatea:

Deci, juraţi că:

Regulile sunt valabile atât pentru
Ea cât şi pentru El.
Sunt reguli de bune maniere şi bun simţ.
Sandra vă cere să juraţi că le veţi respecta.

1. Nu-i voi telefona. Indiferent de motivul real sau presupus, nu-i voi telefona. Nu-i voi trimite nici un e-mail.(vezi condiţia anterioară) Nu-l voi contacta DELOC.

2. Nu voi merge în locurile pe care ştiu că le frecventează. Până când nu va trece ceva timp de la despărţire, frecventarea acestor locuri este nesănătoasă şi masochistă.

3. Nu voi permite cunoştinţelor să întreprindă nicio acţiune în relaţia cu celălalt chiar dacă este făcută cu cele mai bune intenţii în ceea ce priveşte persoana mea. Inclusiv, nu trebuie să-i comunice ce jigodie a fost şi nici că eu am devenit supermodel, mă îmbrac numai de la case de modă renumite iar acum sunt prietenă cu George Clooney (sau mai ştiu eu ce vedetă).

4. Nu voi răspunde decât la apelurile telefonice despre care sunt sigură că nu-i aparţin. Dacă-mi transmite să-l caut sau îmi lasă mesaje, sau scrisori, nu-i voi răspunde.

5. Nu voi întreprinde acţiuni care să aducă aminte de relaţia ruptă. Asta include şi datul în bobi, ghicitul în tarot , interpretarea viselor sau admiratul albumului cu fotografii.

6. Voi alunga din minte ideea că situaţia este temporară. Îmi voi repeta că ea este definitivă şi irevocabilă.

7. Voi continua cu această atitudine până când, dacă este cazul, acţiuni concrete vor impune schimbarea ei: scuze imense, tratament de cuplu, etc.

8. Nu mă voi ascunde într-un colţ izolat de lume, ruşinată şi umilită de ceea ce s-a întâmplat.

9. Fii convinsă că există toate şansele ca acest eveniment să fie CEL MAI BUN LUCRU DIN LUME CARE ŢI S-A ÎNTÂMPLAT şi

10. LUCRURILE MINUNATE PE CARE LE MERIŢI DE-ABIA DE ACUM ÎNCOLO SE VOR PETRECE.

Promite că vei respecta acest jurământ cel puţin 30 (treizeci) de zile sau până când te vei simţi bine şi capabilă să controlezi situaţia.

Aceasta o faci pentru a-ţi fi bine şi

NU ARE NICI O LEGĂTURĂ cu EL

Cea mai bună metodă să scapi de un partener

Care este cea mai bună metodă
să scapi de un partener fără a-l răni?

1. Încearcă să fii onestă cu el.
Spune-i cât mai diplomatic că relaţia nu mai poate continua.

2. Nu încerca să te porţi *prieteneşte* din momentul în care v-aţi despărţit.
Asta nu face decât să lungească agonia şi să dea speranţa că s-ar putea să te răzgândeşti.

3. EVITĂ PARTIDA DE SEX ÎN ZIUA ALEASĂ pentru a-i comunica hotărârea ta.

4. Evită orice contact ulterior, cel puţin câteva luni.

CUM SĂ TE REFACI DUPĂ O DESPĂRŢIRE

În caz de dezamăgire, trebuie verificat cine poartă mai multă vină: amăgirea sau ...amăgitul.

DEZAMĂGIREA ESTE ADESEA SAREA VIEŢII.

NU-ŢI FĂ ILUZII, CA SĂ N-AI DEZILUZII.

TRĂIM TOŢI SUB ACELAŞI SOARE, DAR N-AVEM TOŢI ACELAŞI ORIZONT.

Dacă apare o ceartă, ţine minte că ai mai multă dreptate decât vrea celălalt să recunoască şi mai puţină ... decât vrei tu să recunoşti.

1. Învaţă să spui:... *următorul.*

Lumea este plină de bărbaţi.

BĂRBAŢII SUNT CA AUTOBUZELE: dacă ratezi unul, nu-i nici o problemă: mai devreme sau mai târziu apare altul.

Înlătură teama iraţională că vei sfârşi într-un scaun cu rotile, înconjurată de pisici şi sticle de băutură. VIAŢA ABIA ÎNCEPE!

2. Nu te aştepta la mult (de la următorul) dar tolerează mai puţin.

Nu toţi bărbaţii sunt egocentrici, egoişti şi proşti. În realitate, majoritatea merită atenţia ta.

3. GĂSEŞTE-ŢI O OCUPAŢIE.

Nu mai sta tot timpul în alertă aşteptându-i telefonul:

Aoleu, ce mă fac dacă nu sună!

M-a uitat, mă neglijează, etc.

Vezi-ţi de ocupaţia ta.

Dedică-te ei. Uiţi astfel de El.

Iar dacă sună, cu atât mai bine! Dacă nu, eşti prea ocupată ca să te gândeşti la el!

4. Nu mai afirma că totul este OK când de fapt nu este aşa!

Dacă tipul te încântă cu ceva, bucură-te prin toţi porii, dacă însă te calcă pe coadă spune-i-o direct (dar civilizat fără jigniri, conotaţii sau ţipete).

Nu înţelege şi nu-şi schimbă imediat atitudinea, atunci aplică regula nr 1: *următorul!*

5. ELIBEREAZĂ-TE!

NU MAI FI PERMANENT CRISPATĂ!

GÂNDEȘTE:

Întotdeauna va fi
O alta mai frumoasă ca tine.
Una mai deșteaptă.
Cu o casă mai mare.
Cu o mașină mai scumpă.
Cu copii mai buni la școală.
Cu soți ce repară mai multe în casă.
Așa că, nu-ți mai bate capul: iubește-te pe tine,
acceptă-ți circumstanțele.

GÂNDEȘTE:

Cea mai frumoasă femeie din lume
poate avea o inimă împietrită.
Cea mai apreciată femeie de la serviciu
probabil nu poate avea copii.
Iar cea mai bogată femeie are mașină, casa, haine...
dar e singură.
Și vorba spune: **Și unde dragoste nu e, nimic nu e.**
Așa că, încă o dată, iubește-te! **Acceptă cine ești.**
Privește-te în oglindă dimineața cu un zambet și spune:
Dumnezeu m-a binecuvântat, așa că nu-mi permit să fiu stresată.
Și m-am săturat să fiu dezamagită.
Învingătorii sunt cei ce fac lucrurile să se întâmple. Învinșii lasă lucrurile la voia întâmplării.
Pentru lumea largă, tu ești doar o singură persoană, dar tu poți însemna o întreagă lume pentru cineva anume.

CĂSĂTORIA

Primul an este cel mai greu, ceilalţi sunt imposibili

Isidoro Loli

Dragostea este oarbă dar căsătoria îndreaptă acest defect

proverb normand

Burlacii ar trebui să plătească un impozit mai mare; nu este corect ca unii bărbaţi să fie mai fericiţi decât alţii

Oscar Wilde

10 motive pentru care bărbaţii NU vor să se însoare

Un studiu american, în care au fost intervievaţi tineri între 25 şi 35 de ani, heterosexuali, cu venituri anuale constante, peste 20.000 de dolari, a scos la iveală un fapt îngrijorător: voiau sex cu partenere stabile, n-aveau nimic împotriva copiilor, dar nu voiau să se însoare şi nici să devină tătici la o vârstă atât de „fragedă”. Tinerii noştri nu sunt departe de “semenii” lor de peste ocean. Din nefericire, nu mă refer la venitul anual. Iată cele mai frecvente motive care-i îndepărtează de căsnicie:

La ce bun, dacă poţi face sex şi fără să-ţi fie teamă că te trezeşti la uşă cu părinţii sau fraţii fetei?

Acum e lesne să trăieşti în concubinaj şi să experimentezi viaţa de cuplu. Şi să o tot experimentezi!

Nu sunt încă dispuşi să muncească pentru a întreţine o familie. Mai vor să se distreze.

Le e teamă de divorţ, că vor fi lăsaţi “la piele”.

Le e teamă că li se va cere să se schimbe sau să facă multe compromisuri.

Se consideră prea tineri să aibă copii.

În ziua de azi, nu mai funcţionează instrumentele principale de constrângere: biserica, familia şi societatea.

Vor să aibă un statut social bine determinat înainte de a se căsători iar asta, la noi, poate să dureze mult.

Îi îngrozeşte gândul că s-ar putea să fie până la moarte… cu aceeaşi persoană?!

Le place prea mult libertatea lor, nu vor să-şi complice existenţa.

Îşi pot schimba aceşti tineri atitudinea faţă de căsătorie? Într-o societate în care familia nu mai are valoarea de altădată este destul de greu. Dar în dragoste nimic nu este imposibil. La baza hotărârii de a nu se căsători stă teama, iar aceasta poate fi înlăturată printr-o perioadă de concubinaj în care ei să-şi dea seama că temerile lor nu au fundament. Asta se poate face **numai dacă partenerele lor îşi însuşesc bunele maniere în dragoste nu numai să-l atragă, ci şi să-l păstreze!**

De ce NU vor femeile să se mărite?

Am glumit!

Chiar dacă au o carieră strălucită, femeile vor să-şi întemeieze o familie şi de la o anumită vârstă caută relaţii stabile.

Nu te căsători pentru bani, poţi găsi un împrumut mai avantajos

proverb scoţian

Întrebare: *Cum se numeşte femeia care ştie în fiecare noapte unde se află soţul ei?*

Răspuns: *Văduvă*